

DAD ACADEMY

CRIANDO NIÑOS
VALIENTES,
CAPACES,
Y SEGUROS
DE SÍ MISMOS

JEFF HAMILTON

© 2025

Dad Academy: Criando niños valientes, capaces y seguros de sí mismos

Copyright © 2025 por Jeff Hamilton

ISBN: 979-8-218-66165-6

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación o transmitida en ninguna forma ni por ningún medio –electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, escaneo u otros– excepto citas breves en reseñas o artículos críticos, sin el permiso previo por escrito del editor.

Editor: Steve Norman, Juan M. Vallejo, DSL

Diseño de portada e interior: Bryce Reyes, Annette Allen

Las citas bíblicas marcadas con (CEB) proceden de la Common English Bible.

Copyright © 2011. Usadas con permiso.

Las citas bíblicas marcadas con (ERV) proceden de la Holy Bible: Easy-to-Read Version.

Copyright © 2001 por World Bible Translation Center, Inc. Usado con permiso.

Las citas bíblicas marcadas con (NIV)[®] proceden de la Holy Bible, New International Version. Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 por Biblica, Inc. Utilizado con permiso de Zondervan. Todos los derechos reservados en todo el mundo.

Las citas bíblicas marcadas con (NKJV) están tomadas de la Santa Biblia, Nueva Versión King James. Copyright © 1982 por Thomas Nelson. Usado con permiso. Todos los derechos reservados.

Las citas bíblicas marcadas con (NLT) están tomadas de la Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente. Copyright ©1996, 2004, 2015 por Tyndale House Foundation. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, Inc. Todos los derechos reservados.

Dad Academy[®], DadPlan[™] y los logotipos utilizados son marcas registradas de Dad Academy.

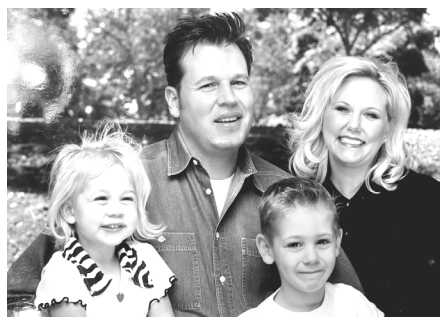
Dad.Academy

Dedicado a...



POP (Jack)

por mostrarme lo que es un papá
y, junto con mamá,
guiarme para descubrir
quién Dios me ha hecho ser



JAYME

por casarse conmigo
y darle sentido a mi vida



BEAR (Justin) & SIS (Jordanne)

por convertirme en papá
y darle a mi vida
un propósito mayor

TABLA DE *Indice*

Conoce a MEA 006

¿POR QUÉ DAD ACADEMY? 008

Introducción

Conoce a NICK 012

01 DEJAR UN LEGADO 014

Empezar con el fin en mente

Conoce a BRAD 036

**02 COLABORACIÓN EN
LA CRIANZA DE LOS HIJOS** 038

Honrar a tu compañero en
la crianza de los hijos

Conoce a SEAN 062



03 DECISIONES DE DESTINO 064

Elegir tu camino de crianza
de los hijos

Conoce a FRITZ 084

04 DESARROLLAR EL CARÁCTER 086

Generar confianza y cultivar la valentía

Conoce a CORY 108

05 CREAR COMPETENCIAS 110

Preparar a los niños para la vida

Conoce a TIM 134

06 INCULCAR CONFIANZA 136

Crear una cultura familiar saludable

Conoce a CHRIS 158

07 HACER LA VIDA MEMORABLE 160

Momentos clave y ceremonias significativas

Conoce a GORDY 182

08 The DAD PLAN™ 184

(El Plan de Papá)

Conoce a DARREN 214

AGRADECIMIENTOS 216

Mea

Me convertí en padre a los 24 años, viviendo en un apartamento de bajos ingresos y dependiendo de la asistencia pública. La paternidad no viene con un manual y rápidamente me di cuenta de lo poco preparado que estaba. Mi esposa y yo apenas llegábamos a fin de mes, pagando nuestras facturas mes a mes. Además de eso, todavía estaba procesando mi propio trauma infantil. **Tenía que descubrir cómo romper el ciclo y asegurarme de que mi pasado no afectara negativamente la forma en que criaba a mis propios hijos.**

Una de las lecciones más importantes que aprendí a través de Dad Academy es que no necesito tener todas las respuestas, solo necesito tener un propósito claro en mi crianza de los hijos.

Crecí en una familia numerosa. Si íbamos a algún sitio, íbamos en familia. Parecía como si siempre estuviéramos en movimiento—ya fuera en un pabellón de baloncesto o en un campo de béisbol. Por desgracia, esa sensación de unión terminó cuando estaba en séptimo grado. Mi papá era alcohólico y sus problemas lo llevaron a maltratar verbal y físicamente a mi madre. Cuando ella comenzó una nueva relación, mi padre se sumió aún más en la adicción y nuestra familia se fracturó. Acabé viviendo con amigos y familiares que, afortunadamente, se convirtieron en fuertes modelos masculinos en mi vida. A algunos de estos hombres todavía les digo «papá» hoy en día. Me enseñaron valores fundamentales como la lealtad, el trabajo duro y la disciplina—lecciones que han moldeado al hombre y al padre que soy hoy en día.

Una de las lecciones más importantes que aprendí a través de Dad Academy es que no necesito tener todas las respuestas—solo necesito tener un propósito claro en mi crianza de los hijos. Siempre he planificado mi trabajo, mis entrenamientos y casi todo lo demás en mi vida. Pero nunca pensé en planificar como papá. **Sentarnos con mi esposa y crear un plan de crianza de los hijos lo cambió todo para nosotros.** Nos dio claridad, dirección y una visión compartida sobre cómo queríamos criar a nuestros niños. Como padre de dos niños y una niña, me centro en lo que puedo hacer para apoyar los sueños de mis hijos, cómo puedo desafiarlos, impulsarlos, motivarlos y amarlos en todo momento.

Dad Academy refuerza lo importante que es ser intencional en todos los aspectos de la paternidad. Una de mis tradiciones favoritas, que ha surgido de este viaje, es nuestro momento de oración matutina. Todos los días, en camino al colegio, oramos juntos en familia. Nos turnamos, pero nunca obligamos a nadie a orar. A veces, mis hijos se ofrecen voluntariamente, incluso mi hijo de cinco años, y me encanta escuchar sus pequeñas oraciones. De hecho, en las mañanas más ajetreadas, suele ser él quien nos recuerda que oremos. Eso es un legado.

Dad Academy no solo ha fortalecido mi relación con mis hijos, sino que también me ha dado una nueva perspectiva. Quizás la bendición más inesperada es que me ha ayudado a restaurar mi relación, antes rota, con mi propio padre. Ahora puedo decir con orgullo que, en el momento de escribir esto, llevo 10 años sobrio. Y por eso estoy increíblemente agradecido.



INTRODUCCIÓN

¿POR QUÉ DAD ACADEMY?

El 1 de marzo de 1996, entré en una nueva etapa de mi vida al sostener en mis brazos a mi hijo recién nacido. Mi esposa Jayme y yo habíamos tomado algunas clases para la crianza de los hijos con el fin de prepararnos para los primeros meses con un recién nacido. **Pero al sentir el peso de mi hijo en mis brazos, mi alma sintió otro peso: el de una inmensa responsabilidad.** Recuerdo haber sentido un amor y una alegría abrumadores, seguidos de una seria preocupación por mi capacidad para ser un papá. Esos mismos sentimientos reaparecieron el 5 de mayo de 1998, cuando mi hija fue puesta en mis brazos.

En otoño de 1999, mi esposa y yo nos mudamos al otro lado del país por motivos de trabajo. Necesitaba encontrar una forma de complementar mis ingresos hasta que la empresa que estaba fundando despegara. También

quería encontrar una forma de entablar relaciones en nuestra nueva comunidad. Así que encontré un trabajo flexible en una conocida cadena de cafeterías. Pero mi primer día de trabajo no fue en la tienda. Sino que fue en un aula, donde pasé la siguiente semana aprendiendo sobre café y la cultura de la empresa.

Déjenme conectar algunos puntos de la historia... Se me exigía pasar por cuarenta horas de formación antes de estar capacitado para pulsar el botón de «preparación» de la cafetera automática de la tienda, pero el médico simplemente me entregó a mis bebés y me deseó buena suerte. Tenía que haber una manera mejor.

Tenía una ventaja sobre la mayoría de los hombres. Mi esposa y yo crecimos con padres cariñosos que eran excelentes ejemplos de lo que debe ser un padre. Y aunque ninguno de los dos diría que eran perfectos, **su presencia constante en nuestras vidas nos dio confianza en nuestra identidad y habilidades.**

Pasé la primera década de mi carrera trabajando con adolescentes y sus familias. Vi de primera mano las dificultades que muchas familias experimentaban al afrontar los retos de la preadolescencia y la adolescencia. **Fui testigo del impacto que los matrimonios poco saludables tienen en los niños y del efecto de la ausencia de los papás en el hogar.** También vi familias que triunfaban en casa. Gran parte de ello tenía que ver con la presencia y la involucración del padre en la vida de sus hijos.

Tenía un catálogo mental de cosas que hacer y que no hacer como padre durante las diferentes etapas de la vida que experimentaban mis hijos. Aunque hice todo lo posible, estaba lejos de ser perfecto. Lo que sí intenté ser como padre fue ser uno intencional. Y vi a mis hijos convertirse en adultos jóvenes independientes y seguros de sí mismos. Después de que se graduaron de la secundaria, pensé que había algunas cosas que podía ofrecer a los hombres que quizá no habían contado con las ventajas que yo tuve, o que quisieran ser más decididos en la crianza de los hijos.

Un hombre dijo una vez: *«Ser padre es lo más importante que haré en mi vida y, si no lo hago bien, nada de lo demás que haga importará realmente»*. Está demostrado que en la vida de los niños y en las comunidades #dadmatters (los papás importan). Tú, papá, importas. Así que pongámonos manos a la obra para cambiar nuestras familias... para el bien.

 dad.academy  dadacademy
 dadacademy  dadacademyonline
 dadacademy  **dad.academy**



The name "Nick" is written in a large, elegant, black cursive script. It is positioned on a white rectangular background that has a pointed right edge, resembling a banner or a speech bubble tail. The background is set against a dark gray background.

Todavía recuerdo el momento en que me di cuenta de que mi definición de familia estaba más marcada por la separación que por la unión. Mis padres

procedían de hogares divorciados y su propio matrimonio siguió el mismo patrón desgarrador. Durante lo que me pareció al menos un año, mis padres estuvieron separados y yo viví con mi mamá, mis hermanos y mis abuelos—la mamá y el padrastro de mi mamá. La estabilidad parecía frágil, como si la más mínima perturbación pudiera hacer que todo se derrumbara. Cuando las influencias externas alteraban a mis padres, nuestro mundo se venía abajo. El aislamiento se convirtió en algo normal. Aprendí desde muy temprano que el amor a veces se sentía condicional y que los conflictos a menudo conducían al aislamiento en lugar de conducir a una resolución.

Como padre, me esfuerzo por no repetir los errores de mis padres, pero a menudo encuentro que estoy cayendo en patrones familiares. Cuando la vida se vuelve abrumadora, mi instinto es retirarme, al igual que hicieron mis padres. Me he sorprendido a mí mismo tratando de controlar el entorno de mi familia en lugar de apoyarlos en los desafíos. El miedo al fracaso a veces me lleva a corregir en exceso, creando distancia en lugar de conexión. Quiero brindarles seguridad y paz a mis hijos, pero me he dado cuenta de que mi deseo de control a veces puede crear una brecha emocional entre nosotros. Lo

Una de las lecciones más poderosas que he aprendido es que mi presencia como padre es más importante de lo que jamás imaginé.

más difícil ha sido reconocer que el amor no se trata solo de protección, sino de presencia, incluso en el desorden de la vida.

A través de Dad Academy, he aprendido que la paternidad no se trata de la perfección, sino de la colaboración. Debo colaborar verdaderamente con mi esposa, trabajando juntos en lugar de hacerlo de forma aislada. Y lo que es más importante, me he dado cuenta de que no puedo dirigir bien a mi familia si confío únicamente en mi propia fuerza. Debo dejarme guiar por el Espíritu Santo, permitiendo que Dios me guíe en mi búsqueda para crear un hogar lleno de plenitud y paz. En vez de retirarme cuando surgen los retos, estoy aprendiendo a involucrarme, a comunicarme abiertamente y a amar incondicionalmente.

Una de las lecciones más poderosas que he aprendido es que mi **presencia** como padre es más importante de lo que jamás imaginé. Es en los pequeños momentos—los cuentos antes de dormir, las oraciones antes de ir al colegio, las risas compartidas en la mesa durante la cena—donde se construye la verdadera conexión. Mis niños no necesitan que yo tenga todas las respuestas; solo necesitan que esté ahí, totalmente comprometido, estando presente día tras día.

Mi objetivo ya no es solo evitar repetir el pasado, sino construir algo nuevo—una familia basada en la fe, el amor y el compromiso inquebrantable. Quiero que mis hijos crezcan sabiendo que el hogar es un lugar de refugio, donde se les ve, se les escucha y se les ama profundamente. **Y para mí, eso comienza por ser el padre que Dios me ha llamado a ser—imperfecto pero presente,** aprendiendo sobre la marcha y confiando en que, con Su guía, puedo dirigir bien a mi familia.

CAPÍTULO

0

1



Dejar un Legado

**Empezar con
el fin en mente**



Todo padre debe
recordar que algún día
sus hijos seguirán su
ejemplo en vez de sus
consejos.

CHARLES F. KETTERING



DEJAR UN LEGADO

Empezar con el fin en mente

*H*ay dos papeles que la mayoría de los hombres desempeñaremos durante la mayor parte de nuestras vidas—esposos y papás. Sin embargo, ser un papá es el único trabajo que tenemos para el cual no recibimos absolutamente ninguna formación. Todo lo que aprendemos lo hacemos sobre la marcha. Los hombres tenemos más éxito cuando los términos están definidos, las expectativas están claras y el objetivo está a la vista. El proceso de Dad Academy está diseñado para ayudarte a tener éxito como padre o como abuelo y para ayudarte a ser un mejor hombre para todos los que forman parte de tu círculo de influencia.

EL PADRE ES EL DESTINO

Hay un dicho que dice que «el padre es el destino», y sin restar importancia al papel significativo de las madres, las investigaciones lo demuestran.

Una investigación de la Universidad de Pensilvania indica que los hijos que sienten cercanía y afecto por su padre tienen el doble de probabilidades de ir a la universidad, un 75 % menos de probabilidades de tener un hijo en la

adolescencia, un 80 % menos de probabilidades de ser encarcelados y la mitad de probabilidades de mostrar signos de depresión.¹ Otros estudios concluyen que una paternidad activa y cariñosa se asocia con mejores habilidades verbales en los hijos, un mejor funcionamiento intelectual y un mayor rendimiento académico entre los adolescentes. En un análisis de más de 100 estudios sobre las relaciones entre padres e hijos, los investigadores descubrieron que tener un padre cariñoso y atento era tan importante para la felicidad, el bienestar y el éxito social y académico de un niño como tener una madre cariñosa y atenta.² Algunos estudios incluso muestran que el amor de un padre contribuía en mayor medida a importantes resultados positivos en el bienestar de los niños. Si estos hallazgos son ciertos y las investigaciones demuestran que lo son, entonces los hombres deben aprender a ser los mejores papás que puedan ser. Desafortunadamente, no hay mucha formación práctica sobre cómo ser un papá

Cuando mis hijos estaban en preescolar, me contrataron para un trabajo a tiempo parcial en Starbucks. En ese momento, el proceso de formación inicial duraba treinta horas para estar capacitado para servir café a alguien (véase la introducción). ¿Qué pasaría si se les exigiera a los padres invertir ese tiempo, no solo en una clase de orientación, sino que también tuvieran una herramienta que les ayude a elaborar estrategias para el futuro, a medida que sus hijos crezcan, que les diera a los papás la confianza de que están informados y preparados

¹ Booth, A., Scott, M. E. y King, V. (2010). "Father Residence and Adolescent Problem Behavior: Are Youth Always Better Off in Two-Parent Families?" *Journal of family issues*, 31(5), 585-605. (La residencia paterna y el comportamiento problemático de los adolescentes: ¿Los jóvenes siempre están mejor en familias con dos padres?)

² Ronald P. Rohner y A. Veneziano, «La importancia del amor paterno: historia y evidencia contemporánea», *Review of General Psychology* 5.4 (2001): 382-405.

para ser lo mejor que pueden ser? Esa sería una inversión que beneficiaría a los hombres y a sus familias durante el resto de sus vidas.

PROMESAS DE DAD ACADEMY

Quiero hacerte cuatro promesas sobre Dad Academy.

1. Cuando termines este libro, entenderás tu misión como padre.
2. Sabrás cómo preparar a tus niños para la adultez.
3. Serás capaz de definir la cultura de tu familia y crear recuerdos que durarán toda la vida.
4. Si completas la sección de la guía al final de cada capítulo, desarrollarás tu propio Dad Plan (Plan de Papá) y un año entero de momentos intencionados para crear recuerdos.

¿CUÁL ES TU OBJETIVO PARA TU FAMILIA?

Así que el «cómo» comienza con tener claro cuál es nuestro objetivo final.

¿Qué es lo que buscamos? La pregunta que quiero hacerte hoy es: ¿qué quieres para tus niños? ¿Cuáles son tus esperanzas y sueños para tu familia y tus hijos? Otras generaciones anteriores a la nuestra simplemente expresaban que querían que a sus hijos les fuera mejor que a ellos. Teniendo esto en cuenta, **¿qué significa para ti «les fuera mejor»?**



Sé que todos los papás sencillamente quieren que sus niños sean felices y tengan éxito, y para que eso suceda, alguien tendrá que enseñarles cómo llegar hasta allá, y ese alguien eres tú, Papá.

De hecho, esa es toda la tarea de ser un papá. La paternidad se trata del liderazgo que brindas a tu familia. No se trata solo de gestión. Es más que hacer las cosas bien. Es aprender a hacer las cosas correctas. Cuando se trata de nuestros niños y nuestras familias, lo correcto no es solo establecer metas o lograr cosas. Se trata realmente de comprender y determinar lo que es importante: identificar las habilidades para la vida que transmitirás a tus hijos y los valores por los que te regirás.

DEFINIENDO TU MISIÓN COMO PADRE

La Biblia ofrece una orientación útil para los padres. En el antiguo libro de sabiduría llamado Proverbios, el autor dice: *«Instruye al niño en el camino que debe seguir, y cuando sea viejo, no se apartará de él»*. Otra versión lo expresa así: *«Enseña a los niños de una manera que se adapte a sus necesidades, y aun cuando sean viejos, no se apartarán del camino correcto»*.³ Papás, esto nos recuerda nuestro propósito: que tenemos la responsabilidad de educar a nuestros hijos. Esto significa ayudarles a aprender a vivir la vida con valentía, a desarrollar habilidades que les hagan sentirse competentes a medida que avanzan por la vida y a cultivar un sentido claro de sí mismos y de la confianza. Esta formación no solo se lleva a cabo creando oportunidades de aprendizaje intencionadas, sino también estando disponibles y accesibles en el ritmo

³ Proverbios 22:6 (Versión fácil de leer)

cotidiano de la vida. Puede que aprendan lo que sabemos, pero se convertirán en lo que somos.

¿Alguna vez te han dicho que tus hijos se parecen a ti? Ese era un comentario habitual que recibía de la gente incluso en mi edad adulta. No es que me pareciera a mi papá, pero muchos de mis gestos, desde mi forma de hablar hasta, literalmente, mi forma de caminar (ese tipo de paseo de exatleta), se parecían a los suyos. Tiendo a tomar decisiones como mi padre. Todo esto es fruto de la huella que dejó en mi vida.

Hay un dicho que dice que “se aprende más con el ejemplo que con la enseñanza”, y esto es especialmente cierto desde la perspectiva de un niño. Aprenden lo que es importante observándonos, observando lo que hacemos y cómo respondemos a las situaciones y a las relaciones. Con el tiempo, acabarán adoptando esos valores porque repetirán lo que ven. Los hijos aprenden lo que es importante a través de lo que ven repetirse una y otra vez. Esos son los valores de su familia.

La educación de nuestros hijos también debe ser individualizada para satisfacer sus necesidades. Los papás no pueden ser todos iguales. Esto significa que ser papá no solo consiste en ser justo e igualitario, sino también en ser recto. **Tú sabes, las estadísticas nos dicen que lo más importante que puedes hacer con tu vida es ser el mejor papá posible y esa es la misión de tu vida.** Si la Biblia es nuestra guía, entonces también tenemos un modelo en Jesús.

**La paternidad
es liderazgo, no
gestión. No solo
es hacer las
cosas bien, sino
hacer las cosas
correctas.**

Jesús tenía una declaración de misión: «*Porque el Hijo del Hombre no vino para ser servido, sino para servir y dar su vida en rescate por muchos*». ⁴ ¿Qué era importante para Jesús? ¿Qué enseñó Jesús a sus seguidores a hacer cuando había que tomar una decisión? ¿Qué guiaba sus decisiones? Aquí, Jesús definió el propósito de su vida como servir, como dar su vida. Él modeló esta creencia con su comportamiento.

Jesús vivió según sus valores. Como creía que servir era importante, dio a sus discípulos un ejemplo práctico de servicio. Una noche, vinieron a cenar. Jesús se ciñó una toalla, tomó la palangana que estaba cerca de la puerta y, agachándose (como era costumbre en esa tradición), lavó los pies de los discípulos. *Ahora bien, esta tarea solía realizarla un siervo de la casa, pero en este caso, Jesús se convirtió en el siervo.* ⁵ Luego les dijo, a través de su ejemplo y sus palabras, que su grandeza se encontraría en el servicio. A menudo me pregunto si cada vez que los discípulos se calzaban los zapatos, recordaban el propósito de su vida y cómo iban a encontrar la grandeza y el significado gracias al ejemplo de Jesús. **Tu misión debe estar conectada con la acción.** Tus valores se basan en una creencia sobre lo que es verdaderamente importante en la vida. Tus valores se transmitirán tanto a través de tus palabras como de tus acciones. Seamos claros: la misión de un padre es transmitir sus valores y habilidades a sus hijos. Así que considera estas preguntas:

1. ¿Qué es importante para ti transmitir a tus hijos?
2. ¿Cómo se lo comunicas y cómo le das ejemplo?

⁴ Marcos 10:44-45; Mateo 20:28 (NVI)

⁵ Juan 13:1-17

DEFINIR LOS VALORES FAMILIARES

Lo primero que tendremos que definir en nuestro viaje del Dad Plan (plan de papá) son nuestros valores. Quizás te preguntes: ¿qué son los valores? A estos efectos, los valores son las creencias detrás de tu comportamiento. Son el porqué detrás del qué. Los valores de un hombre se desarrollan a lo largo de su vida hasta que se integran inconscientemente en todos los ámbitos de su vida. Estos valores están moldeados por nuestras experiencias de vida, tanto positivas como negativas. Están moldeados por las cosas que nos inspiran, nos estimulan y nos motivan a actuar. Los valores pueden reflejarse incluso en las cosas que captan nuestra atención, como nuestros intereses o aficiones. Yo describo la sensación asociada a estas cosas como *«cuando hago esto, me siento más yo mismo»*. Por eso, cuando tomamos la decisión de hacer ciertas cosas, de pensar de una determinada manera y de evitar otras cosas y sentimientos, es porque esas decisiones se basan en nuestros valores.

“PAPÁ GANA”

Aunque me gustaría pensar que lo mejor de mis intenciones es lo que mi familia capta, la verdad es que nuestro comportamiento real revela nuestros valores y programa a nuestra familia para que responda a ellos. Durante la pandemia, mi hija, que acababa de graduarse de la universidad, estaba en casa con mi mujer y conmigo. Yo estaba trabajando en algunas cosas en mi computadora y oí a mi mujer y a mi hija charlando en la cocina sobre lo que deberíamos cenar. Oí a mi hija sugerir que añadiríamos brócoli como guarnición. Mi esposa dijo: «Sabes que a papá no le gusta el brócoli».

Es cierto (por varias razones). Ellas continuaron con la conversación y yo continué con mi trabajo.

Al día siguiente se repitió una situación similar, con las chicas charlando en la otra habitación. No recuerdo de qué hablaban, ya que yo estaba concentrado en el evento deportivo que estaba viendo. Sí, recuerdo que mi hija le comentó a mi esposa: «Eso no es lo que le gusta a papá». Como no sabía de qué estaban hablando, no intervine.

Al día siguiente, mi hija y mi esposa volvían a hablar y yo estaba trabajando en la otra habitación. No recuerdo el tema de su conversación, pero sí recuerdo lo que mi esposa le dijo a mi hija: «Eso es algo que no le gustaría a tu papá». Inmediatamente oí otra voz, una voz interna que susurraba: «Papá gana». Me derrumbé porque sabía que ese era uno de los valores por defecto de nuestro hogar. Todos en

mi hogar sabían lo que me gustaba y lo que no me gustaba. En vez de mi deseo de servir las necesidades de mi familia, nuestra familia había tomado sus decisiones en función de mis preferencias porque, sin quererlo, había establecido una cultura en la que solo podía haber un ganador: yo. Me di cuenta de que era necesario un cambio y que ese cambio tenía que empezar

**Los valores son
las creencias
detrás de tu
comportamiento.
Son el “porqué”
detrás del “qué”.**

por mí. Así que me he esforzado por construir mi vida en torno a lo que era importante para las personas más importantes de mi vida.

Ser un papá es tomar decisiones basadas en un conjunto de valores que te ayudan a determinar lo que es importante y dirigen nuestra respuesta. Debemos darnos cuenta de que cada decisión que toma un hombre es en realidad dos decisiones: la decisión de hacer algo es también la elección de no hacer otra cosa. Por lo tanto, es importante comprender cómo tomar decisiones que reflejen nuestros valores que ponemos en práctica.

TUS VALORES SE BASAN EN TUS DECISIONES

En la Biblia hay un líder llamado Josué. Josué recibió el liderazgo del pueblo de su mentor Moisés y condujo a la nación hacia un nuevo destino e identidad. Al final de su vida, Josué dijo esto al pueblo al que había servido durante toda su vida: *«Si les parece mal servir al Señor, elijan hoy a quién quieren servir, ya sea a los dioses que sirvieron sus antepasados antes de que conocieran a Dios, o a los dioses de la cultura de la tierra. Pero yo y mi casa serviremos al Señor»*.⁶

Fíjate en la importancia que Josué les dio a las decisiones que tendrían que tomar los jefes de familia, normalmente los padres. Todo padre debe tomar decisiones. Pero las decisiones de un padre son importantes porque tienen un impacto directo en todos aquellos que están a su cuidado. En Dad Academy, aprenderás a tomar las decisiones necesarias para cumplir tu misión y preparar a tus niños para la vida que esperas y sueñas para ellos.

⁶ Josué 24:15 (parafraseado por el autor)

DESCUBRIENDO TUS VALORES

Cada parte de nuestra vida, los papeles y responsabilidades que tenemos, nuestros intereses y aficiones, nuestros objetivos de vida y la medida del éxito están integrados por nuestros valores. Los valores no son lo que quieres (aspiraciones), sino lo que haces (realidad). Estos valores sirven como el fundamento de nuestras vidas. Para determinar tus valores, debes responder a dos preguntas:

1. **¿QUÉ** es importante? y
2. **¿POR QUÉ** es importante?

El «qué» suele ser la medida, mientras que el «porqué» se refiere a la motivación. Por ejemplo, puedes considerar que «trabajar duro» es un valor. Entonces, hay que preguntarse: ¿por qué es un valor? ¿Es porque trabajas duro para recibir reconocimiento o validación? ¿O es porque el trabajo duro es un reflejo del carácter, la diligencia y la dedicación de uno? Si es lo segundo, considera reformular el valor como «diligencia», «laboriosidad» o «fidelidad». Estas palabras reflejan un enfoque de la vida más que una simple intención deseada.

Cuando definas tus valores, tendrás una mejor idea de quién eres y cuál es el verdadero valor que tienes y que debes transmitir a tus hijos.



1

¿Qué valores quieres transmitir a tus hijos y por qué son importantes para ti?

2

¿Cómo reflejan tus acciones y decisiones diarias los valores que quieres inculcar a tu familia?

3

Piensa en un momento en el que tu hijo imitó tu comportamiento. ¿Fue un reflejo positivo o negativo? ¿Qué aprendiste de ello?

4

¿Cómo puedes ser un modelo de liderazgo en tu hogar, no solo gestionando las tareas, sino también moldeando la cultura y los valores de tu familia?

TAREA

DE PAPÁ

Identifica tus valores fundamentales

Descubrir tus valores fundamentales es un paso vital para convertirte en un padre más intencionado. Tus valores sirven como principios rectores, moldeando tus decisiones y comportamientos. A continuación, te presentamos un proceso estructurado que te ayudará a identificar y definir tus valores:

Paso 1

Comprender en qué consisten los valores

- Los valores son las creencias detrás de tu comportamiento; son el **porqué de lo que** haces.
- Se han ido formando a lo largo de la vida a través de experiencias, inspiraciones y motivaciones.
- Los valores no son **aspiraciones** (lo que deseabas seguir), sino **comportamientos** (lo que haces de forma constante).

Paso 2

Reflexiona sobre tus experiencias de vida

Piensa en tus **experiencias de vida positivas y negativas**. ¿Qué lecciones han moldeado quién eres?

Identifica los momentos en los que te sentiste más como **tu verdadero yo**: actividades, aficiones y roles en los que te sentiste más vivo.

Piensa en lo que **te inspira, te estimula y te motiva a actuar**.

Paso 3

Responde a dos preguntas esenciales

¿QUÉ es importante para mí?

(Esta es la medida externa: lo que ves y haces).

¿POR QUÉ es importante?

(Esta es la motivación interna: lo que te impulsa).

Ejemplo Si crees que «trabajar duro» es un valor, **por qué** es importante.

¿Es por el reconocimiento? ¿O porque refleja tu **diligencia y dedicación**?

Si es lo segundo, tu verdadero valor podría ser **«diligencia» o**

«laboriosidad».

Paso 4

Crea tu lista de valores personales

Escribe una lista de entre 10 y 15 palabras que representen los valores por los que te rige. Utiliza palabras precisas que describan una forma de enfocar la vida, no solo un resultado deseado. Agrupa los valores similares y reduce la lista a entre 3 y 6 valores fundamentales.

Paso 5

Define y personaliza tus valores

Escribe una **definición clara** de cada uno de tus valores principales con tus propias palabras. Piensa en un **ejemplo de la vida real** de cómo vives cada valor.

Ejemplo: Valor: Generosidad - «Mi vida consiste en servir a los demás con las habilidades y los recursos que tengo a mi disposición».

[illegible]

Pase 6

Alinea tu vida con tus valores

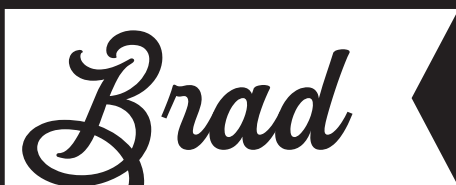
Evalúa en qué medida tu vida diaria refleja estos valores. ¿Tus elecciones y prioridades están en consonancia?

☐ NO o ☐ SÍ

Identifica cualquier **discrepancia** entre lo que dices que valoras y lo que realmente haces.

¿Se demuestran estos valores constantemente en los papeles y las relaciones de mi vida?

☐ NO OR ☐ SÍ



Al crecer en la casa de un pastor, recuerdo las lecciones que mi papá me enseñó sobre la paternidad. Pero también veo cuántas lecciones e ideas deduje sobre la paternidad al ser hijo de mi papá, y como dicen, «se aprende más con el ejemplo que con la enseñanza». Me enseñó a enfrentarme a los miedos y a perseverar ante los retos, me transmitió la fe y me animó a hacerla mía y me inculcó la importancia de la familia. Pero también recuerdo que estaba fuera mucho tiempo; una vez fue tanto que no podía recordar su rostro sin mirar su foto en el pasillo. Recuerdo que su servicio a los demás a menudo tenía prioridad sobre nosotros y recuerdo sentir que no podía tener la relación que quería con él porque otras personas lo necesitaban más. Esta relación «cercana pero distante» influyó en mi percepción de la paternidad. **Sabía que quería transmitir lo que me habían enseñado y sabía que tenía que ser intencional sobre lo que se aprendería.**

Me he dado cuenta de que mi trabajo no es enseñarles a ser como yo; mi trabajo es ayudarles a convertirse más en quienes ya son.

La crianza de los hijos es lo más gratificante y desgarrador que he hecho en mi vida. Ser intencional en lo que se «aprende» me ha ayudado a alejar mi paternidad del autoritarismo y a centrarme en construir una relación con cada uno de mis hijos. Mi camino hacia la paternidad no fue el tradicional; cuando mi esposa y yo nos casamos, me regalaron al instante dos niñas y dos niños.

Las niñas no necesitaban un padre, ya que el suyo está vivo y en buen estado, y su relación es sólida. Lo único que necesitan de mí es saber que estoy ahí para ellas y ver que su mamá es amada de manera adecuada. El padre de los niños falleció cuando tenían dos años y medio y seis meses, y estoy más que agradecido de ser su papá. Tuvimos otro niño, completando así nuestra familia. Sus personalidades son muy diferentes, absorben la información de manera distinta, dan y reciben amor de maneras diferentes y experimentan la vida de formas únicas para ellos. Me he dado cuenta de que mi trabajo no es enseñarles a ser como yo; mi trabajo es ayudarles a convertirse más en quienes ya son. **Nuestra familia «mezcla» bien porque no la consideramos una familia mezclada.** En nuestra familia no hay «astros» ni «medios». Solo hay hermanos, hermanas y amor.

Dad Academy es una caja de herramientas, un paquete de semillas, incluso un manual de instrucciones sobre la crianza de los hijos intencional para los papás. Nos recuerda lo que ya sabemos, nos ofrece nuevas formas creativas de pensar sobre las cosas y nos inspira con ejercicios y tareas orientados a que los papás sean cada vez más intencionales en su crianza de los hijos. **Dad Academy trata de ayudar a los papás a ayudar a los niños a convertirse en los hombres y las mujeres que nacieron para ser.**

CAPÍTULO

02



Colaboración En La Crianza De Los Hijos

**Honrar a tu compañero en
la crianza de los hijos**



Vive de tal manera que
si alguna vez se les
pregunta a tus hijos por
la definición de bondad,
integridad y lealtad,
respondan: “mis padres”.

ALI B MOE



COLABORACIÓN EN LA CRIANZA DE LOS HIJOS

Honrar a tu compañero en la crianza de los hijos

Ser un padre consciente es como construir una casa. Requiere planificación, preparación, trabajo duro y algo de ayuda de los demás. Estás construyendo una estructura sobre la que tus hijos podrán construir sus vidas. Todo comienza con los cimientos. Para los papás, esos cimientos consisten en comprender los valores en los que han basado su vida para poder transmitirlos conscientemente a sus hijos. Lo que transmites a tus niños es lo que ocupa el centro de tu vida, no tus funciones ni tus responsabilidades, sino tus valores personales. Y lo que a menudo no comprendemos es que los valores no son lo que queremos ser, sino que en realidad reflejan quién eres y lo que haces.

¿QUÉ HAY EN TU CORAZÓN?

Si eres seguidor de Cristo, es posible que pienses que Dios está en el centro de tu vida. Pero Dios no es la sorpresa especial que se esconde dentro de un

Tootsie Pop. No es algo que, si cavas lo suficientemente profundo, acabarás encontrando como el petróleo bajo un pozo. No, de hecho, las Escrituras dicen que Cristo lo es todo y está en todo.⁷ Por lo tanto, Jesús no solo está en el centro de tu vida. Está integrado en todo lo que hay en tu vida. Si eres seguidor de Cristo, Él ya está en todo lo que haces

Parte del proceso de descubrir tus valores consiste en descubrir lo que Dios ha puesto en el corazón de tu ser. **¿Qué es lo que te hace ser tú?**

Los valores tienen un profundo efecto en quienes te rodean, porque lo que hay en tu corazón moldea y guía tu comportamiento y define la misión de tu vida. En resumen, tu misión como padre es transmitirles intencionadamente los valores y habilidades que tienes. Prepararlos para la vida es tu propósito como papá.

LA IMPORTANCIA DEL PAPÁ

Las investigaciones nos recuerdan lo importantes que son los papás para los niños. Cuando un papá tiene una relación sana con su hija, es menos probable que esta sea sexualmente activa.⁸ Cuando los padres tienen una relación sana

⁷ Colosenses 3:11

⁸ Regnerus, Mark D. y Laura B. Luchies. 2006. «La relación entre padres e hijos y las oportunidades para la primera relación sexual de los adolescentes». Revista de Asuntos Familiares 27: 159-183.

con sus hijos, estos hombres jóvenes son menos agresivos, menos rebeldes y más maduros socialmente. De hecho, los estudios demuestran que, en la mayoría de las familias, es también el padre quien más contribuye a que los hijos se vuelvan autosuficientes, autodisciplinados y automotivados.

Brett Copeland, psicólogo clínico de Tacoma, Washington, escribe que los padres fomentan la competencia, la capacidad de asumir riesgos y lo que llamamos tener valor. **Los papás fomentan la independencia y los logros en la vida de sus hijos.**

Esto no es para menospreciar a las madres: ellas fomentan la equidad, la sensación de seguridad o confort en una familia y la colaboración, la idea de trabajar juntos.

Se necesitan las contribuciones de ambos padres al desarrollo para formar niños fuertes. Sin embargo, lo que descubrimos es la tarea única del papá. Los papás forjan la autoconfianza de los niños a través del ánimo, como infundirles valor: «¡Tú puedes! ¡Tú puedes hacerlo!». Junto con el ánimo, los papás proporcionan afirmación. Todos los niños quieren, por naturaleza, que su padre

**Tu misión
como padre es
transmitirles
intencionadamente
los valores y
habilidades que
tienes. Prepararlos
para la vida es tu
propósito como
papá.**

se sienta orgulloso de ellos y es nuestra responsabilidad y privilegio hacerles saber que lo están. Por último, los padres proporcionan a los hijos un marco de evaluación: ¿He tenido éxito? ¿Qué se ha hecho bien? ¿Cómo se puede mejorar? Los papás que proporcionan retroalimentación basada en el amor desarrollan el sentido de la autoestima de los hijos.

LAS TRES C DE LA CRIANZA DE LOS HIJOS

Papá, tú eres responsable de la autoconfianza de tus hijos. Ellos obtienen su sentido del valor y de la valía de ti. Eso significa que tú eres responsable de ayudar a tus hijos a desarrollar estas tres cualidades: *coraje*, *competencia* y *confianza*. Estas son las

**Como padre, tú
eres responsable de
cultivar el coraje,
la competencia y la
confianza en tus hijos.**

tres C que un padre va a transmitir a sus hijos. Las madres complementan esa autoconfianza desarrollando la conciencia de los demás. Las madres lo hacen a través de otras tres C que están especialmente preparadas para formar en la vida de sus hijos: *compasión*, *conforte* y *cooperación*. Juntos, ambos padres ayudan a afianzar el sentido de la valía y el valor del niño.

Obviamente, los papeles del padre y de la madre son complementarios y necesarios para el bienestar del niño. Desafortunadamente, sin un papá, la conciencia del otro que las madres cultivan se convierte en egocentrismo, porque

el niño se convierte entonces en el centro de ese mundo. Con un papá autoritario o completamente desvinculado, la autoconfianza se convierte en vergüenza, porque siempre eres consciente de que te están evaluando, ya que buscas la aprobación de quien es el modelo y el ejemplo en tu vida.

EL PAPÁ COMO DADOR DE VIDA

Para ilustrar los papeles interdependientes del padre y la madre, solo hay que considerar los papeles del hombre y la mujer en la forma en que se concibe la vida. El papá es la semilla: el dador de vida. La madre es la anfitriona: la que nutre la vida. Quiero que te detengas a pensar en esta importante pregunta:

«¿Qué estás aportando o dando vida en la vida de tus hijos?»

Tu Turno

Todo aquello hacia lo que tú, como papá, dirijas tu energía y esfuerzo producirá vida.

Al igual que en la concepción, hay tres elementos para fertilizar el potencial en tus hijos. Lo primero es **la cantidad**. Piénsalo: se necesitan millones de espermatozoides para fertilizar un óvulo. Aunque solo se necesita uno para hacer su trabajo, no sabes cuál será. Como padre, tienes millones de minutos

Todo aquello
hacia lo que
tú, como
papá, dirijas
tu energía
y esfuerzo
producirá vida.

para pasar con tu hijo a lo largo de su vida. Algunas personas dirán que no es la cantidad, sino la calidad. Pero en realidad, ¿no son ambas cosas? Debes ser capaz de ofrecer lo mejor de ti tan a menudo como puedas, con la convicción de que algo de ello producirá buenos resultados.

No solo hay cantidad en el proceso de dar vida, sino también **el momento**.

Hay momentos que son más importantes que otros. Hay momentos en los que el óvulo de la vida es receptivo a lo que tienes que depositar y aportar. Y como papá, no siempre soy capaz de identificar cuál es el momento adecuado. Por ejemplo, tener una conversación en la que se critica el rendimiento deportivo de tu hijo en el coche de regreso a casa después de un partido no suele ser muy productiva en la mayoría de los casos. Pero cuando tu hijo inicia una conversación de forma casual con una pregunta, eso puede indicar una oportunidad para profundizar. La única manera de aprovechar al máximo esas oportunidades es estar presente cuando surgen los momentos. Un estudio de la Universidad Brigham Young afirma que, aunque la participación en actividades de ocio familiares es importante y necesaria, la implicación del padre en las actividades de ocio familiares cotidianas y comunes que se realizan en casa tiene más peso que las actividades grandes, extravagantes y fuera de lo común.⁹

Al examinar cómo funcionan las familias y qué es lo que produce salud, no se trata solo de los grandes momentos, sino que solo marca la diferencia

⁹ Buswell, L., Zabriskie, R.B., Lundberg, N. y Hawkins, A.J. (2012). «La relación entre la participación del padre en el ocio familiar y el funcionamiento familiar: la importancia del ocio familiar diario». *Leisure Sciences*, 34, 172-190.

cuando se combina con las interacciones cotidianas y ordinarias que realmente complementan y dan vida a sus niños. **Es muy importante que busques momentos propicios para la enseñanza, o sea, cuando tus niños tengan abiertos sus oídos y sus ojos, y sobre todo sus corazones.** Cuando los hijos son pequeños, puedes crear y definir esos momentos. Con los adolescentes, hay que responder a los momentos tal y como se presentan, porque normalmente se ajustan a su agenda, no a la nuestra. He descubierto que dar un paseo o hacer una excursión con mi hija nos ha brindado oportunidades para conectar. Cuando sus pies se movían, la conversación fluía. Del mismo modo, la actividad era la clave para tener una conversación de corazón a corazón con mi hijo. El objetivo es encontrar momentos en los que sus corazones estén abiertos y receptivos a las oportunidades que se les presenten.

Ahora bien, hemos hablado de la cantidad. Hemos hablado del momento oportuno. El último elemento es **la persistencia**. Simplemente hay que seguir amándolos hasta que, finalmente, se rompa esa dura coraza y se pueda fertilizar la vida que hay en ellos. La vida de una semilla nunca termina. De hecho, Jesús lo expresa así: a menos que una semilla caiga en tierra y muera, nunca podrá producir vida. Es fundamental que comprendamos estos tres principios que dan vida.

No solo es importante comprender los papeles del papá y de la mamá, sino también considerar la dinámica relacional entre ambos. Si quieres ser un buen

padre, querrás saber cómo colaborar mejor con la madre de tus hijos mientras los crías. Para ser un buen compañero, es necesario que nos adentremos y comprendamos un poco del mundo de la madre.

LA VIDA REAL FUERA DEL PARAÍSO

Para ello, comencemos con una reflexión sobre la primera mamá, Eva. Según la Biblia, después de que Adán y Eva pecaran y fueran expulsados del Jardín, vemos por primera vez cómo fue la vida fuera del paraíso. El autor del Génesis describe el momento así: *«Adán conoció a Eva, su mujer, y ella concibió y dio a luz a Caín, y dijo: "He adquirido un hombre del Señor"»*.¹⁰ Esta es la primera descripción de la intimidad marital en las Escrituras y el resultado de este tipo de intimidad es la procreación. Se da la vida. Sin embargo, la respuesta de Eva es que Dios y ella han hecho algo especial. Quizás ella ve esto como una oportunidad para reformar los errores que ve en Adán. Leemos en el texto sagrado que Dios crea a la humanidad a su imagen y semejanza. ¿Podría ser que, sin un sentido de integridad relacional, las mujeres moldeen a los niños a su propia imagen? Las mujeres tienen un conjunto diferente de valores, un conjunto diferente de prioridades, y cuando esas necesidades no se satisfacen en sus vidas, querrán asegurarse de que se satisfagan en las vidas de sus hijos.

Cuando Dios le dio a Eva a Adán, eran ayudas idóneas; eran compañeros iguales. La instrucción de Dios para ellos era ser fructíferos y multiplicarse, someter la tierra, llenarla y tener dominio sobre ella. Cuando Adán y Eva toman las riendas y violan la relación, Dios los confronta. En ese momento, Adán

¹⁰ Génesis 4:1 (NKJV)

podría haber asumido la responsabilidad, pero no lo hizo. En cambio, culpó a la mujer; era culpa de Eva. Adán eludió la responsabilidad no solo de sus propias acciones, sino también de su responsabilidad en la relación con Eva (y con Dios) cuando respondió a la pregunta de Dios con *«Ella me lo dio»*.¹¹ ¿Qué crees que resultó de la respuesta de Adán? ¿Generó confianza? ¿Generó seguridad? ¿Generó confidencia? ¿O dañó la relación que Dios había previsto entre Adán y Eva?

Quiero decirte que **puedes redimir a tu familia asumiendo la responsabilidad y siendo una ayuda idónea para la madre de tus hijos**, estés casado con ella o no. No más excusas, no más culpas, no más huidas de la responsabilidad. La razón por la que es tan importante comprender qué es lo que ocupa el centro de nuestra vida es porque esas cosas influyen en tu relación con tus niños y dan forma a la relación con su madre.

EL RETO DE LA CRIANZA COMPARTIDA

Quizás te encuentres en una de esas situaciones difíciles en las que compartes la crianza de los hijos con otro progenitor, en las que tus niños no viven bajo el mismo techo como familia. Quizás estés intentando ser papá y compartir la crianza de los hijos con tu cónyuge de sus propios hijos de una relación anterior. Ambos escenarios son desafiantes. Y se complican por el trauma del divorcio.

¹¹ Génesis 3:8-13

La mayoría de la gente no tiene en cuenta el impacto que el divorcio tiene en los papás. *A muchas personas les sorprende saber que los hombres son más propensos que las mujeres a sufrir depresión, a desarrollar enfermedades relacionadas con el estrés y otras situaciones difíciles, o incluso a suicidarse, después de su divorcio.*¹² De hecho, la mayoría de los padres divorciados se sienten extremadamente solos, agotados y desorientados. Esto es consecuencia de haber perdido la conexión y el contacto diario con sus hijos. Con la pérdida del contacto diario con sus hijos, muchos hombres pierden el sentido de su propósito y la pasión por la vida.

Hay algunas conclusiones cualitativas que sugieren que las mujeres que no tuvieron una relación segura y amorosa con sus propios padres mientras crecían son más propensas a ser excesivamente indulgentes y sumisas en la crianza de sus propios hijos, independientemente de sus ingresos, educación o estado civil. Esto podría deberse a que están tratando de compensar las heridas parentales de su propia infancia.

Hombres, es difícil llegar a esta conclusión, pero la realidad es que cuando están ausentes del hogar, han renunciado a su derecho a definir su relación con sus niños, con su madre y con sus hijos en sus propios términos. Por eso es tan importante que tengamos clara nuestra misión y nuestros valores; de esa manera, nuestras elecciones y nuestro comportamiento lo reflejarán.

¹² Kposowa A.J. (2003) «Divorcio y riesgo de suicidio». Revista de Epidemiología y Salud Comunitaria; 57: 993.

**Como papá,
has sido cortado
para encajar
específicamente
en la vida de
esos miembros
de tu familia.**

Una vez más, en las Escrituras tenemos esta directriz: «*Esposos, sean comprensivos en su vida conyugal*».¹³ Chicos, creo que hay algunas cosas importantes que debemos tener en cuenta al trabajar juntos y colaborar en la crianza de nuestros hijos con la madre de nuestros hijos, ya sea su esposa o su ex. Si se trata de su ex, hay algunas cosas que tendrás que tener en cuenta sobre su situación actual en la vida. Una cuestión que hay que tener en cuenta es: ¿cómo era la relación con sus padres? ¿Era sana? ¿Era desafiante? ¿Cuáles son algunas de las cuestiones que debes tener en cuenta? (porque esas cosas se te van a transferir a ti) Debes ser capaz de comprender cómo se siente ella respecto al divorcio. ¿Se siente culpable? ¿Se siente herida? ¿Sigue sintiéndose rechazada? ¿Sigue sintiendo ira? Debes tener en cuenta su situación laboral, su capacidad para proporcionar a sus hijos la seguridad que ella desea que tengan. Debes comprender sus responsabilidades, las obligaciones que tiene, tanto en lo que respecta a sus finanzas como a otras relaciones en su vida si vives con tus niños.

Ahora bien, si son marido y mujer que viven juntos y crían a sus hijos, hay algunas cosas que deben tener en cuenta en la relación: ¿Es segura su relación? ¿Se siente tu esposa a salvo? ¿Ella te considera una persona de confianza, una pareja con la que comparte la misma carga? ¿Entiendes cuáles son sus necesidades emocionales, económicas y relacionales? ¿Comparten las responsabilidades del hogar o recae demasiado peso sobre uno de ustedes? Y lo más importante, ¿hay algo pendiente, algún compromiso incumplido o alguna responsabilidad no cumplida?

¹³ 1 Pedro 3:7 (NVI) también (CEV) «Si eres marido, debes ser considerado con tu mujer».

Como hombres, nos gusta atribuirnos el mérito por nuestras intenciones, pero en realidad se nos juzga por si cumplimos o no con nuestras obligaciones. Esas cosas obstaculizan nuestra capacidad para colaborar y tener influencia en la crianza y formación de hijos que crezcan sintiéndose seguros de sí mismos, conscientes y con buenas relaciones con los demás.

Las consecuencias del divorcio aumentan los retos a los que se enfrentan los padres. Como Fritz compartió en su historia, hay una gran diferencia entre los hijos criados en un hogar con ambos padres biológicos y el impacto emocional de estar divididos entre dos hogares.

Para aquellos que están separados de las madres de sus niños, aquí hay algunas sugerencias sobre cómo pueden empezar a reconstruir esa relación. En primer lugar, debes respetarla como madre de tus hijos. Esto no quiere decir que sea fácil, ya que probablemente haya algún conflicto interno. Es probable que haya algunos retos sin resolver, ya que eso es lo que puede haber contribuido a la desintegración de la relación originalmente. A menudo, la mamá controlará la forma en que te relacionas con tus niños. Tu responsabilidad es ajustar la forma en que te relacionas con ella para que puedas hacer tu mejor trabajo como padre.

Esposos, sean comprensivos en su vida conyugal.

¿QUÉ ES LO QUE HACE A UNA FAMILIA?

Ahora bien, si vives con tu esposa, debes comprender que tú y ella eran una familia antes de tener niños, y por eso la relación entre marido y mujer debe

ser la prioridad. **Chicos, no olviden que primero son maridos y luego papás.**

Cuando tus niños ven que honras a su mamá, que la tratas con respeto y la valoras, les da una sensación de seguridad. Valida la otra mitad de lo que son.

Terminemos con esta reflexión que encontramos en las Escrituras. Dice:

*«Someteos unos a otros y revestíos de humildad, porque Dios resiste a los soberbios, pero da gracia a los humildes».*¹⁴ La palabra griega traducida como «someterse» es «hupotasso». No solo significa estar bajo autoridad o describir una jerarquía. Una de las formas en que también se utilizaba era para describir una pieza de un rompecabezas que ha sido cortada y diseñada para encajar en un lugar específico. Y cuando esa pieza del rompecabezas se coloca en el lugar para el que ha sido cortada, se «someten» a todas las demás piezas que la rodean. Hay un proceso para que comprendamos que, **como papá, has sido cortado para encajar específicamente en la vida de esos miembros de tu familia.** Cuando faltas, se deja un vacío; el cuadro queda incompleto y se pierde tu sentido de conexión y propósito.

Pero cuando todo está en su lugar, todos y todo están conectados y la imagen de convertirte en el padre que deseas ser comienza a tomar forma.

¹⁴¹ Pedro 5:5 (NKJV)



1

El capítulo afirma que *las madres cultivan la compasión, el confort y la cooperación, mientras que los padres crean coraje, competencia y confianza*. ¿Ha habido momentos en los que has sentido la necesidad de competir con la madre del niño en lugar de cooperar con ella? ¿Cuál era la preocupación subyacente y cómo podrías cambiar hacia una mentalidad de colaboración?

2

¿Cómo pueden tú y la madre del hijo colaborar de forma intencionada para obtener lo mejor de su hijo? ¿Qué medida práctica puedes tomar para apoyar mejor su papel y al mismo tiempo aceptar el tuyo?

3

Reflexiona sobre una interacción reciente con tu hijo. ¿Fue «inspirador»? Si pudieras volver a vivir ese momento, ¿qué harías de manera diferente?

4

¿Cómo refleja tu rutina diaria o semanal tus prioridades como padre? ¿Qué pequeños ajustes podrías hacer para estar más presente y comprometido?

TAREA

DE PAPÁ

Identifica una distracción

Escribe una distracción importante (por ejemplo, el trabajo, la tecnología, el estrés) que te aleja de tu compromiso como padre. Elabora un plan para reducir su impacto durante una semana y reflexiona sobre los resultados.

LA DISTRACCIÓN

EL PLAN

Comprende las necesidades de ella

Reflexiona sobre lo que la madre del hijo necesita de ti para sentirse apoyada como copadre. Anota tres cosas que crees que ella valora más de tu papel como padre. A continuación, pregúntele directamente qué necesita de ti. Compara las listas: ¿En qué acertó? ¿Qué te sorprendió?

1

2

3

LO QUE ELLA NECESITA DE TI

Identifica un objetivo común

La crianza de los hijos funciona mejor cuando ambos padres están de acuerdo en los valores y objetivos clave. Escribe un reto o una decisión sobre la crianza de los hijos que deban abordar juntos. ¿Cómo pueden abordarlo de manera que se refuerce el trabajo en equipo en lugar de crear tensión?

UN RETO DE CRIANZA DE LOS HIJOS

EL NUEVO MÉTODO

Muestra agradecimiento

Escribe una breve nota (o exprésalo verbalmente) sobre algo que aprecias de la forma en que la madre del hijo ejerce su maternidad. Observa sus puntos fuertes y reconócelos. Reflexiona sobre cómo esto cambia la dinámica entre ustedes dos.

Sean

Descubrí que ser padre no solo consistía en mantener a mi familia, sino en estar presente.

Mi educación estuvo marcada por la presencia de un padre fuerte y una madre cariñosa pero estricta. Para mis hermanas y para mí, **papá decidió ser una figura paterna que primero infundía temor y respeto.** En casa, se le notaba su autoridad, ya que se encargaba de mantener la disciplina y el orden, pero al final del día, su amor por nosotros era innegable. Hacía cualquier cosa para ayudarnos a alcanzar nuestros sueños. Siempre era la primera persona a la que llamaba nuestra familia cuando se enfrentaba a retos, a pesar de sus respuestas ocasionalmente duras. A través de él, aprendí la importancia del respeto en el hogar. Pero también aprendí algo más: que necesitaba aportar más empatía y comprensión a mi propia experiencia en la crianza de los hijos.

Cuando nació nuestra primera hija pequeña, rápidamente me di cuenta de que mi vida ya no me pertenecía. Se acabaron los días en los que solo pensaba en mí mismo o hacía lo que quería cuando me apetecía. La crianza de los hijos no es tomar el camino fácil; de hecho, es todo lo contrario. Descubrí que ser padre no solo consistía en mantener a mi familia, sino en estar presente. Se trataba de reducir el ritmo, crear recuerdos y establecer vínculos que duraran toda la vida.

Tuve que aprender a dejar de correr por la vida, pasando de una tarea a otra. En cambio, aprendí a hacer una pausa, respirar y apreciar el tiempo de juego después del trabajo. **Lo que parecían pequeños momentos se convirtió en la base de mi relación con mi hija.** Esos momentos lo eran todo para ella y también se convirtieron en todo para mí.

Dad Academy me ayudó mucho a reflexionar sobre mis valores y a comprender el tipo de padre que quiero ser. Todos tenemos valores morales y principios que nos guían, pero solo son útiles en la crianza de los hijos cuando nos tomamos el tiempo para exponerlos y comprender verdaderamente lo que nos motiva como hombres. **La paternidad requiere un plan, una visión para nuestras familias que prepare a nuestros hijos para el éxito, no solo en la vida, sino como personas.**

Como padre relativamente nuevo, conectar con otros padres a través de Dad Academy supuso un gran cambio para mí. Escuchar sus experiencias, compartir dificultades y aprender de hombres que habían recorrido este camino antes que yo me proporcionó las herramientas que necesitaba para convertirme en el mejor padre posible. Sé que el impacto de ser un padre intencional, presente, centrado en la fe e impulsado por valores se reflejará en la vida de mis hijos durante muchos años. Y por eso, estaré eternamente agradecido.

CAPÍTULO

03



Decisiones De Destino

**Elegir tu camino de
crianza de los hijos**



Todos nos proponemos
marcar la diferencia en
el mundo. Pero el primer
paso es alcanzar el
objetivo menos ambicioso
de cambiar tu propio
mundo.

T.D. JAKES



DECISIONES DE DESTINO

Elegir tu camino de crianza de los hijos

A estas alturas, estamos descubriendo que ser papá consiste en tomar decisiones basadas en un conjunto de valores, determinar lo que es importante y saber que tus decisiones se basan en tus valores. Cada decisión que tomas es dos decisiones. La decisión de hacer algo es una decisión de no hacer otra cosa. En el capítulo 1 hicimos referencia a una historia bíblica con un personaje llamado Josué. Josué fue el sucesor de Moisés. Mientras que Moisés sacó al pueblo de la esclavitud, la tarea de Josué fue guiarlo hacia su futuro. En un momento crítico de su viaje, Josué le dice al pueblo al que ha guiado y servido *«Si no os parece bien servir al Señor, elegid hoy a quién vais a servir, si a los dioses de vuestros antepasados, a los que sirvieron vuestros antepasados más allá del Éufrates (en el pasado), o a los dioses de los amorreos, en cuya tierra vivís (en el presente). Pero en cuanto a mí y a mi casa, serviremos al Señor»*.¹⁵

Todo hombre toma decisiones. A veces perdemos de vista el hecho de que nuestras decisiones tienen un impacto en todas las personas que están a nuestro cuidado. **Por eso es importante tomar decisiones basadas en nuestros valores.** La forma en que tomas esas decisiones determina tu éxito en cumplir tu misión.

¹⁵ Josué 24:15 (NKJV)

¿ÁRBOLES O PLANTAS RODADORAS?

Los niños imitan lo que ven. Si lo que viste al crecer no era saludable, o si vives con el dolor residual de tu infancia, eso influye en tu capacidad para cumplir tu misión. Es importante que cada padre sea padre de forma proactiva, no reactiva, para que podamos ser intencionales y no solo padres por defecto. ¿Qué quiero decir con por defecto? Por defecto es nuestra programación; yo lo llamo nuestra memoria muscular emocional.

Los neurólogos han podido tomar imágenes de nuestro cerebro y son capaces de ver cómo los diferentes pensamientos activan nuestro cerebro y su cableado interno. El estímulo viaja a lo largo de las vías neuronales y, al seguir estas vías, comienza a dispararse en nuestro cerebro. Imagina conmigo la imagen de un árbol con un tronco grueso y ramas largas y sanas. Así es como se ven los patrones de pensamiento saludables o la función cerebral.

Ahora imagina conmigo una planta rodadora, una que está toda enredada y vuelta sobre sí misma. Así es como se ve un pensamiento tóxico, como el miedo, la preocupación o la ansiedad. Cuando consideras las dos imágenes, **puedes ver cómo nuestros pensamientos son una cuestión de vida o muerte.** Se puede ver cómo el pensamiento saludable produce una mente clara, organizada y despejada. Por otro lado, el pensamiento tóxico (preocupación, miedo, duda, ira, falta de perdón) nos mantiene enredados en nuestra propia disfunción.

La forma en que pensamos y en lo que pensamos determina la experiencia que llamamos vida; nos moldea más de lo que jamás hemos imaginado. Si

esto es cierto, hay buenas noticias para ti: en realidad podemos renovar nuestras mentes. Estamos diseñados para poder reconfigurar nuestro cerebro. Gracias a algo llamado neuroplasticidad, **puedes crear nuevas vías neuronales que pueden sobrescribir toda la mala programación que se ha acumulado a lo largo de nuestras vidas.**

Los mejores papás son papás de forma proactiva, no reactiva.

UN MUNDO COMPLETAMENTE NUEVO

De hecho, esto es exactamente lo que nos dice la Escritura que hagamos. En su carta a la iglesia de Roma, el apóstol Pablo dice: *«No os conforméis a este mundo, sino transformaos por la renovación de vuestro entendimiento, para que comprobéis cuál es la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta»*.¹⁶ La palabra griega para mundo («aión») describe la forma en que piensas y sientes, tu proceso y tu perspectiva. El «mundo» al que tendemos a conformarnos es el que hemos creado para nosotros mismos, el que me explica quién soy. Por ejemplo, es la persona maltratada que siempre procesa la vida a través del filtro del dolor. Es el individuo solitario o rechazado que siempre está a la defensiva debido a su necesidad de autopreservación, o el superdotado que siempre necesita demostrar algo.

Estos son ejemplos del mundo al que nos adaptamos, de las decisiones que tomamos y del comportamiento que mostramos, basándonos en algo que valoramos o en una experiencia que ha moldeado nuestra perspectiva de la

¹⁶ Romanos 12:2 (NKJV)

vida. Al igual que la imagen de esas plantas rodadoras de pensamientos tóxicos, nuestros sentimientos y procesos están enredados en estas experiencias pasadas, y cuanto más cedemos a ellos, más se integran en la forma en que nos vemos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea. Realmente somos producto de nuestro mundo.

El «mundo» al que tendemos a conformarnos es el que hemos creado para nosotros mismos, el que me explica quién soy.

Si queremos tener un «mundo» diferente, tenemos que ser capaces de dejar atrás el pasado. Una escritura nos recuerda lo importante que es hacer esto en el libro de Hebreos. *El autor de esta carta dice que debemos deshacernos de todo lo que nos frena, especialmente del pecado que nos distrae.*¹⁷ Debemos correr la carrera que tenemos por delante y nunca rendirnos. Así que vamos a examinar tres cuestiones de nuestro pasado que pueden impedirnos ser el papá que queremos ser.

MIRANDO HACIA ATRÁS A PAPÁ¹⁸

La primera herida de nuestro pasado es nuestra propia relación con nuestro papá. Hemos hablado de lo importante que es el papá. El problema es que no creo que todos los papás comprendan lo importantes que son en realidad. La mayoría de los hombres no tienen la habilidad ni la inteligencia emocional para lidiar con su propio trauma emocional. Ya sea intencionalmente o no, tendemos a descargar nuestras cosas en nuestros hijos.

¹⁷ Hebreos 12:1

¹⁸ Estos conceptos se inspiraron en Men's Fraternity: The Quest for Authentic Manhood (La fraternidad masculina: la búsqueda de la auténtica masculinidad), del Dr. Robert Lewis (2005), LifeWay Church Resources.

Cuando tienes una herida en el corazón causada por papá, esto da lugar a un par de comportamientos poco saludables. El primero es que tenemos emociones poco saludables porque nuestra vida está arraigada en la ira y el dolor. Cuando papá no está presente, los niños se sienten frustrados. Tienen miedo porque no tienen a nadie que les proporcione el valor y el corazón que necesitan para la vida.

Crecen sin un sentido de competencia ni la confianza de que pueden manejar lo que la vida les depara. **Como resultado, los niños se desaniman.** Interiorizan el dolor y terminan haciendo daño a los demás. Quizás esa sea parte de tu historia, similar a los perfiles de algunos de los hombres que aparecen en el libro. Cuando un hombre analiza su esencia, los valores que dirigen su vida, hay algunas disfunciones que pueden ser producto de lo que le faltó en su infancia.

Otro obstáculo son *los comportamientos poco saludables* que se manifiestan en *las adicciones y las obsesiones*. Por eso los hombres buscan formas de escapar de la vida. Perseguimos cosas que producen sustancias químicas que nos hacen sentir bien en el cerebro. Para algunos, es adormecerse con alcohol, drogas o medicamentos. Para otros, es ahogar el dolor participando en comportamientos arriesgados que desencadenan los instintos de lucha o huida. Desgraciadamente, ese enfoque no es más que una distracción que nos aleja de abordar nuestro dolor. Algunos hombres llegan a obsesionarse con llamar la atención con tal de que su papá se sienta orgulloso. En cualquier caso, ten en cuenta lo siguiente: la ira y el miedo son formas de expresar el dolor. La adicción es una forma de suprimir el dolor.

**La forma en que
pensamos y en
lo que pensamos
determina la
experiencia que
llamamos vida;
nos moldea más
de lo que jamás
hemos imaginado.**

Tenemos que ser capaces de profundizar en nuestro interior, mirarnos en el espejo, identificar esos lugares de dolor y empezar a desarrollar una nueva perspectiva saludable. No se trata solo de una nueva perspectiva sobre lo que sucedió o lo que nos faltó en la infancia, sino de un cambio que debemos hacer: una renovación de nuestra mente para poder ser el papá que queremos ser.

RECUERDOS DE MAMÁ¹⁹

Cuando un papá está ausente o distante, se crea otra herida y esa es con mamá. Hablemos de cuatro tipos de mamás heridas que, sin darse cuenta, tienen un impacto negativo en sus hijos. Es posible que hayas sido testigo de una de estas mamás en tu propia infancia. El primer tipo es la *mamá ignorante*. Simplemente no saben lo que no saben, por lo que se involucran demasiado. Con el tiempo, se convierte en una mamá asfixiante que nunca deja que sus hijos crezcan, especialmente los varones. Es la mamá que siempre te prepara la comida, te despierta para ir al colegio y te hace la cama. Lo hace por el deseo de expresar su cariño y su preocupación por sus hijos, pero, en realidad, bloquea su crecimiento y su capacidad para asumir responsabilidades. Como su identidad está ligada al papel de cuidar y crear seguridad, a menudo les cuesta establecer límites saludables.

También está la *mamá insegura o necesitada*. Es aquella que, sin saberlo, utiliza a sus hijos para llenar el vacío emocional que siente en su propia vida. Es insegura y no tiene a nadie que la acompañe. Por eso tiende a medir su valía por el afecto y la atención que recibe de sus hijos.

¹⁹ Ibid.

El tercer tipo es la *mamá herida*, la mamá controladora para la que todo es una batalla por el poder en la familia. Es una batalla por la lealtad, porque ha sido herida y trata de asegurarse de que ese tipo de dolor no vuelva a ocurrir nunca más. Siempre se asegurará de tener la sartén por el mango.

Por último, está la *mamá intervencionista*. Es la mamá que «lo hace todo», la que siente la presión de ser tanto mamá como papá. Por desgracia, en nuestro mundo, demasiadas mamás se han visto obligadas a vivir en esta situación. Lo hace todo, sacrificándolo todo por el bien de sus hijos. El problema es que a menudo paga el precio personalmente, mucho más tarde en la vida. Toda esta atención, toda esta afirmación, toda esta oportunidad parecen amor y cariño, pero ni siquiera nos damos cuenta de que, en realidad, provienen del miedo en sus vidas. A menudo, la necesidad o el ejercicio del control en situaciones y relaciones es la forma en que se expresa el miedo en la vida de una persona.

La ira y el miedo son cómo se expresa el dolor. La adicción es cómo se suprime el dolor.

Cuando pienses en el resultado de tu relación con tu madre, recuerda: ella hizo todo lo posible por darte lo mejor de sí misma.

LA VIDA SOLITARIA²⁰

El tercer tipo de herida que un hombre puede tener que afrontar es el sentimiento de abandono y soledad. Es el resultado de tener que navegar

por la vida sin ninguna relación sana de mentoría. **Es como carecer del capital relacional que necesitas para construir tu vida.** Como resultado, comenzamos todas nuestras relaciones desde un déficit, un déficit social, emocional y espiritual. Esta desventaja en la vida produce tres resultados: soledad, porque vivimos y hemos aprendido a navegar por nuestra vida en aislamiento, sin ningún tipo de conexión auténtica ni nadie que nos conozca.

También produce *necedad* en nuestra vida. **La necesidad es, en realidad, solo el producto de nuestro aislamiento.** Es la sensación de que la única persona a la que podemos acudir o en la que confiamos somos nosotros mismos. El problema de estar aislados es saber que no siempre tomamos las decisiones correctas, sabiendo que no siempre procesamos correctamente, porque nuestro procesador podría estar averiado, y nos encontramos cometiendo errores que podrían haberse evitado fácilmente si hubiéramos tenido a alguien más en quien confiar.

La consecuencia final de un mundo en el que estamos completamente solos son los puntos ciegos que se desarrollan en nuestra vida. Son cosas que no vemos en nosotros mismos, cosas que no reconocemos. Como no podemos verlas, seguimos desarrollando estas deficiencias. Con el tiempo, se refuerzan y siguen causando daño en nuestra vida. No tener a alguien en nuestra vida que nos alerte de nuestros defectos es perjudicial para el éxito de un hombre en la vida. Estas relaciones son importantes no para centrarnos en nuestros fracasos, sino para ayudarnos a ver las cosas que no podemos ver de nosotros mismos.

²⁰ Ibid.

Sin otras relaciones significativas en nuestras vidas, seguiremos arruinando cosas y relaciones. Es algo parecido a lo que dice el autor de Proverbios: *algunas personas piensan que están haciendo lo correcto, pero al final eso les lleva a la muerte.*²¹

¿Recuerdas la imagen de esos pensamientos que vemos aquí? ¿Por qué? ¿Qué? Nuestra forma de pensar sobre la crianza de los hijos está totalmente enredada. Por eso necesitamos una reprogramación. Y la reprogramación de nuestro cerebro y nuestro corazón comienza con la toma de nuevas decisiones basadas en nuevos valores en la primera semana, donde dijimos que vamos a empezar a darnos cuenta de que ser un papá es: 1) tomar decisiones basadas en un conjunto de valores y 2) determinar lo que es verdaderamente importante.

Recuerda, cada decisión que tomamos es dos decisiones. La decisión de hacer algo también es la elección de no hacer otra cosa. Quiero animarte a que elijas comenzar a renovar tu mente. *Una vez más, recurrimos a la antigua sabiduría que se encuentra en Proverbios: como un hombre piensa en su corazón, así es él.*²² Si quieres ser capaz de tomar nuevas decisiones, tenemos que ser capaces de pensar de manera diferente. Y para pensar de manera diferente, tenemos que volver a aprender a no conformarnos más con el mundo que hemos creado y reconfigurar nuestra forma de pensar para que refleje nuestros valores y el propósito de nuestra vida. Si no lo hacemos, nuestro pasado se convierte en un peso que nos frena y nos arrastra

²¹ Proverbios 14:12

²² Proverbios 23:7

hacia abajo. Si somos capaces de abordar estas cuestiones en nuestras vidas, no transmitiremos nuestras limitaciones a nuestros hijos; nos negaremos a imponerles nuestras heridas. Esto te liberará para poder crear nuevos caminos de salud y plenitud que podamos transmitir a las personas que nos rodean.

**No tener a alguien
en nuestra vida
que nos alerte de
nuestros defectos
es perjudicial
para el éxito de
un hombre en la
vida.**



1

¿Qué valores de tu propia educación (buenos o malos) han influido en tu estilo actual de crianza de los hijos? ¿Cómo se alinean con los valores que quieres transmitirles a tus hijos?

2

El capítulo trata sobre la «memoria muscular emocional» y cómo las heridas del pasado moldean nuestro comportamiento. ¿Qué patrones de pensamiento o reacciones reconoces en ti mismo que pueden tener su origen en experiencias pasadas?

3

¿De qué manera las relaciones pasadas con tus propios padres han moldeado tus expectativas y tus retos en la crianza compartida de los hijos?

4

Si pudieras cambiar una mentalidad o un comportamiento negativo que afecta a tu crianza de los hijos, ¿cuál sería? ¿Qué pasos puedes dar para iniciar ese cambio?

TAREA

DE PAPÁ

Reflexiona sobre tu hogar de la infancia

Escribe una palabra que describa cómo te sentía tu hogar de la infancia. A continuación, escribe unas frases explicando por qué has elegido esa palabra. ¿Qué te gustaría replicar o cambiar en tu propio hogar?

CÓMO TE SENTÍA TU HOGAR DE LA INFANCIA

QUÉ REPLICAR O CAMBIAR

Identifica patrones de pensamiento

Dedica unos minutos a escribir tres pensamientos recurrentes que tengas sobre ti mismo como padre. ¿Estos pensamientos se basan en la realidad o están moldeados por experiencias pasadas? Si son negativos o limitantes, reescríbelos en afirmaciones positivas e intencionadas.

[illegible]

Rompe el ciclo

Identifica un comportamiento o reacción específica en tu crianza de los hijos que sientas que está moldeada por heridas del pasado. Escribe una respuesta alternativa que refleje el padre que quieres ser.

UN COMPORTAMIENTO QUE ESTÁ MOLDEADO POR HERIDAS DEL PASADO

RESPUESTA ALTERNATIVA

Fortalece tu sistema de apoyo

Piensa en las personas de tu vida que pueden servirte de mentores o compañeros de responsabilidad en tu camino como padre. Escribe uno o dos nombres y establece el objetivo de contactarlos para recibir apoyo, sabiduría u orientación esta semana.

1

2

3

¿CÓMO VAS A CONTACTARLOS ESTA SEMANA?



Cuando mis padres se divorciaron, cuando yo tenía tres años, mi padrastro, «Pops», entró en mi vida, lo cual fue una verdadera bendición y un milagro.

Mi infancia estuvo llena de alegrías sencillas y lecciones invaluable. No solo me enseñó valores con palabras, sino que los vivió. Encarnó los principios que quería transmitir, mostrándome lo que significaba ser un hombre de integridad, amor y desinterés. Lo más desinteresado que hizo fue casarse con mi madre sin conocernos a mi hermana y a mí, pero nos acogió como si fuéramos suyos sin dudarlo. Nunca tuvo hijos biológicos, pero eso nunca importó: para nosotros era un verdadero héroe. Siempre le estaré agradecido por su amor y aceptación.

Mirando atrás, veo cuánto de lo que soy hoy se debe a su influencia. He necesitado apoyarme en esa experiencia mientras navego por la paternidad y por las realidades de una familia mixta. **Como padre, padrastro y marido, equilibrar el crecimiento profesional sin dejar de estar presente para mi familia ha sido uno de mis mayores retos.** Las complejidades de una familia mixta, especialmente una que se esfuerza por honrar a Dios, añaden otra capa al viaje. Aprendí rápidamente que hay una gran diferencia entre el desarrollo natural de los niños y el impacto emocional de estar divididos entre dos

Me comprometo a estar presente, a aprender y a apoyar a otros papás mientras recorremos juntos este camino.

hogares. A esto se suma la era digital, en la que la gratificación instantánea a menudo sustituye la capacidad de gestionar emociones como la tristeza, la ansiedad y la presión. Nuestra cultura idealiza el éxito, pero a menudo ignora la lucha que conlleva. **Reconocer y apoyar las necesidades emocionales de mis hijos a medida que se convierten en individuos únicos ha sido una experiencia de aprendizaje increíble.** Este viaje me empuja a seguir adaptándome, creciendo y esforzándome por ser el mejor padre que puedo ser.

Participar en Dad Academy ha sido una experiencia transformadora en mi viaje como padre. A través de Dad Academy, he descubierto el poder de la escucha activa: dejar de lado las distracciones para conectar genuinamente con mis hijos y mis compañeros padres. Esto ha fortalecido mis relaciones y profundizado mi aprecio por las experiencias compartidas. También he aprendido la importancia de la vulnerabilidad. Al animar a mis hijos y a otros papás a expresar sus emociones y buscar ayuda cuando la necesitan, hemos creado un entorno de confianza y apoyo. Abordar juntos las conversaciones difíciles ha reforzado una cultura que valora tanto el bienestar personal como la crianza sólida de los hijos.

Los padres son esenciales en el mundo actual y, ahora más que nunca, nos necesitamos unos a otros. Me comprometo a estar presente, a aprender y a apoyar a otros papás mientras recorremos juntos este camino. **La paternidad no es solo un papel; es una vocación y quiero aprovecharla al máximo.**

CAPÍTULO

04



Desarrollar El Carácter

**Generar confianza y
cultivar la valentía**



Mi padre me dio el mejor
regalo que alguien pueda
darle a otra persona...
Creyó en mí.

JIM VALVANO



DESARROLLAR EL CARÁCTER

Generar confianza y cultivar la valentía

Hay tres cosas que los papás tienen la responsabilidad de ayudar a desarrollar en los niños: su valentía, su competencia y su confianza. Estas son habilidades fundamentales que deben tener mientras los preparamos para la vida. Comencemos por la valentía, porque *la valentía refleja el carácter*.

El carácter proporciona la infraestructura de la que dependerán nuestros hijos durante el resto de sus vidas. Un carácter fuerte es lo que hace que nuestros hijos sean buenos empleados, buenos amigos, buenos compañeros de equipo, buenos ciudadanos, buenos cónyuges y, en última instancia, buenos padres. Una cosa es saber lo que hay que hacer y otra muy distinta es hacerlo. Es el valor, esa fuerza interior, lo que nos permite llevarlo a cabo.

DEFINICIÓN DE VALENTÍA

Hay muchas definiciones de valentía. Bethany Hamilton, la surfista profesional con un solo brazo y protagonista de la película «Soul Surfer», dice: «La valentía no significa que no tengas miedo. El valor significa que no dejas que el miedo

te detenga». La definición real de valor proviene de su raíz. La raíz de la palabra «valor» es la palabra latina «*valēre*», que significa fuerza del corazón. Es una fuerza interior, la capacidad de afrontar cosas difíciles, de enfrentarse a las propias limitaciones. Te da la capacidad de vivir la vida «con todo».

Para nuestros propósitos en Dad Academy, utilicemos esta definición: ***el valor es cómo la confianza o la fe responde al riesgo***. Como padres, es fácil centrarse en la palabra «riesgo» de esa frase, pero no es la palabra clave, porque la vida siempre estará llena de retos y oportunidades. Nuestra labor es ayudarles a aprender a evaluar lo que tienen delante y a ser capaces de responder con valentía. Nuestra labor no es evitar que nuestros niños experimenten dificultades. Es asegurarnos de que tengan el corazón para sobrellevarlas y salir aun mejores por ellas.

Nuestra labor no es evitar que nuestros niños experimenten dificultades. Es asegurarnos de que tengan el corazón para sobrellevarlas y salir aun mejores por ellas.

Cuando mis niños eran pequeños, les encantaba estar en el agua. No importaba si era en la piscina o en el mar; no se cansaban nunca. Estaban bien siempre que pudieran tocar el fondo. Recuerdo que cuando estaban aprendiendo a nadar, me ponía de pie en la parte profunda, cerca del borde de la piscina, extendía los brazos y les invitaba a saltar hacia mí. Al principio,

caminaban vacilantes hasta el borde. Entonces, tenían que elegir entre saltar o quedarse donde estaban a salvo. Tenían que decidir si confiaban en lo que sabían sobre el agua o en lo que sabían sobre mí. Al final, saltaban. La primera vez fue difícil, pero pronto se convirtió en una de sus actividades favoritas cuando estábamos en el agua, porque sabían que podían confiar en que papá los agarraba.

La clave para desarrollar la valentía es desarrollar la capacidad de confiar.

¿Puedo confiar en mí mismo? ¿Puedo confiar en la información que me han proporcionado? ¿Puedo confiar en mi experiencia? Así pues, un papá crea confianza en sí mismo y habilidades enseñándoles a confiar. Lo hace siendo alguien digno de confianza, fiable y sincero.

CULTIVAR EL CARÁCTER

Ahora es cuando empezamos a entrar en el carácter. Verás, tú eres el espejo en el que se miran tus niños. **Si te tomas un momento para reflexionar, ¿qué ves? ¿Te ves a ti mismo viviendo las cualidades de carácter que quieres que ellos tengan? ¿Qué ven ellos en tu vida? ¿Hay cualidades en tu vida que te gustaría que ellos replicaran?**



Si eres como la mayoría de los papás, tienes una lista de defectos personales que no conviene transmitir a tus hijos. Pero debemos encontrar lo mejor de nosotros mismos y darles ejemplo para que puedan desarrollar las mejores cualidades. Al hacerlo, también les ayudaremos a sacar a relucir las cualidades únicas que Dios ha puesto en ellos.

¿Cuáles son algunas de las cosas que conforman el buen carácter de una persona de las que ya hemos hablado? Por ejemplo, *la fiabilidad*. Debes preguntarte: ¿Pueden otras personas confiar en ti? ¿Puedes enseñar a tus niños a ser fiables? Jesús incluso habla de cómo se desarrolla este rasgo de carácter *si eres fiel con lo poco, con el tiempo se te confiará más*.²³ Parte del cultivo de la confianza en nuestros hijos requiere proporcionarles cosas en las que puedan tener éxito, para que estén preparados para asumir nuevas y mayores responsabilidades.

La paternidad implica enseñar a tus hijos que la vida no se trata solo de ellos mismos, sino de desarrollar un compromiso con el bien común.

Otra cuestión relacionada con la confianza es la lealtad. *La lealtad* es otra habilidad que se cultiva con el tiempo. Implica enseñar a tus hijos que la vida no se trata solo de ellos mismos, sino de desarrollar un compromiso con el

²³ Lucas 16:10

bien común. Es la atención no solo a las necesidades y deseos de los demás, sino también la determinación de permanecer y perseverar con las personas, sin importar por lo que estén pasando. Esto es especialmente cierto para aquellos con quienes tienes una responsabilidad y una obligación.

Una tercera dimensión de la confianza es *la honestidad* o la veracidad. Ser sincero, especialmente consigo mismo, es la capacidad de reconocer las propias fortalezas y debilidades, de diferenciar entre lo bueno y lo malo, lo útil y lo perjudicial. La habilidad de la veracidad consiste en tener una perspectiva de la vida que te permita procesar la información correcta y aplicarle la fe. Eso es lo que realmente es la veracidad. Se trata de tomar la información disponible y aplicar la fe como filtro para poder tomar una decisión sobre cómo responder a las personas y a las situaciones con valentía.

La última cuestión es *la integridad*. **La integridad se basa en el concepto de totalidad y de fuerza.** Cuando decimos que una persona tiene integridad, es un cumplido a la coherencia de su carácter. Pero cuando la palabra integridad se aplica a un edificio, se refiere al hecho de que la estructura es fuerte debido a la forma en que está construida y a la manera en que los diversos elementos de la estructura están unidos entre sí. «Integrado» e «integridad» provienen de la misma raíz: «integer», que se define como «una entidad completa, entera». Es una palabra latina que significa «intacto» e «indivisible». La integridad se refiere realmente a cómo nuestra vida está integrada y conectada para que tenga fuerza y estabilidad. Es importante comprender que las elecciones

**La integridad
se refiere
realmente a
cómo nuestra
vida está
integrada y
conectada
para que
tenga fuerza y
estabilidad.**

y el comportamiento reflejan nuestros valores; debemos asegurarnos de que nuestros valores estén integrados en nuestra vida y en nuestro comportamiento.

¿Cómo se desarrollan estos rasgos (fiabilidad, lealtad, honestidad, integridad) en la vida de una persona? Se desarrollan a través de la disciplina.

SE APRENDE MÁS CON EL EJEMPLO QUE CON LA ENSEÑANZA

La disciplina no es una palabra negativa. No es un castigo. De hecho, la palabra «disciplina» proviene de la palabra «discípulo», que significa enseñar o formar. Quiero señalar otro versículo de la Biblia. Dice: *«Instruye al niño en el camino que debe seguir, y cuando sea viejo, no se apartará de él».* ”

Otra traducción dice: *«Enseña a los niños de una manera que se adapte a sus necesidades. Y aunque envejezcan, no se apartarán del camino correcto».*²⁴

Papá, volvemos a la importante responsabilidad que tenemos de formar a nuestros hijos. Al formar a tus hijos, les enseñas a confiar en ti como su maestro y ejemplo.

La formación tiene mucho que ver no solo con lo que se hace, sino también con lo que se es: quién eres y cómo vives. Se dice que se aprende más con el ejemplo que con la enseñanza. Aprenderán más de lo que observan en ti que de lo que les dices. Cuando aprendan lo que es importante al ver cómo vives, aprenderán a adoptar esos valores. Porque la formación les enseña lo que es importante. La disciplina les muestra los valores por los que vamos a vivir.

²⁴ Proverbios 22:6 (ERV)

Echa de nuevo un vistazo al versículo que acabamos de mencionar. Debemos recordar que la formación de cada uno de nuestros hijos será individualizada. Como se basa en sus necesidades específicas, no hay una solución única para todos. Aunque los valores son universales, se aplicarán de forma diferente. Todos los niños merecen la bendición de la atención personalizada y la formación individualizada de su papá.

DETERMINAR LOS LÍMITES

La educación también requiere límites. La libertad realmente proviene de tener limitaciones, de saber dónde están tus límites. Déjame explicarlo de esta manera: algunos límites en nuestra vida son para nuestra seguridad. Por ejemplo, un límite es asegurarse de mirar a ambos lados antes de cruzar la calle o, a medida que asumen más responsabilidades, no enviar mensajes de texto mientras conducen. **Enseñar los límites nos ayuda a aprender a definir el riesgo**, lo que genera confianza. ¿Puedo confiar en la información? ¿Puedo evaluarla? ¿Puedo tomar una decisión informada sobre lo que tengo que hacer?

Los límites proporcionan estructura. Mantienen las cosas en orden y en movimiento, como en el tráfico. Esta es otra forma en que los límites crean integridad, porque empezamos a ver cómo las cosas se conectan entre sí y funcionan en beneficio de los demás, así como de uno mismo.

Por último, *los límites definen el éxito*. Todo el que juega a un juego sabe que los juegos tienen reglas: las reglas nos dicen qué está permitido y qué

no. A veces, las reglas de la vida pueden ser complicadas, como en algunos deportes. Hace unos años, unos vecinos inmigrantes de primera generación vinieron a mi casa a ver la Serie Mundial. No tenían experiencia con el béisbol, salvo saber que «tres strikes y estás fuera». Pero incluso ese concepto es complicado. Un strike puede ser un lanzamiento que no se batea, pero que cruza el home plate. También puede ser un lanzamiento que se batea y se falla. También puede ser una bola foul que se batea, pero no cae dentro del campo de juego (excepto en el tercer strike, en el que una bola foul permite al bateador permanecer en el bate). Menos mal que mis vecinos también sabían lo que era un «home run», una bola que nunca toca el suelo dentro del campo de juego, pero que permite al bateador y a cualquier corredor en base anotar. El béisbol, como la vida, puede ser complicado. Pero cuando entiendes las reglas y sabes cómo se mide el éxito, al menos sabes cómo abordar la victoria. Los límites nos ayudan a enseñar a nuestros niños lo que es el éxito y la victoria, porque entienden las reglas que definen la responsabilidad que conduce a la victoria.

CONFRONTAR Y ELOGIAR

Por último, el entrenamiento requiere consecuencias, tanto positivas como negativas. Hay mucha información sobre diferentes formas o métodos para disciplinar o no disciplinar a los hijos. Cuando mi esposa y yo criábamos a nuestros hijos (que ahora ya son adultos), decidimos que íbamos a centrar nuestra **disciplina no solo en corregir los comportamientos que no se ajustaban a los valores de nuestra familia, sino que también queríamos elogiar los comportamientos que reflejaban nuestros valores familiares.**

Decidimos que íbamos a enfrentarnos a la desobediencia en la vida de nuestros hijos. Si se rebelaban y no hacían lo que se les pedía, entonces era algo que había que abordar.

Como valoramos la veracidad y la honestidad, decidimos hacer frente al engaño. Mentir, culpar a los demás y la deshonestidad en general les iban a causar problemas en el futuro.

Y como el honor es un valor en nuestro hogar, decidimos que íbamos a hacer frente a la falta de respeto. Les informamos de que a veces no iban a estar de acuerdo con todas las decisiones que se tomaban en casa. Otras veces, quizá les resultara fácil cumplir con ciertas peticiones o expectativas. Independientemente de sus sentimientos en ese momento, no queríamos que la falta de respeto condicionara nuestras respuestas hacia los demás. A lo largo de los años hubo desacuerdos, pero como valoramos las relaciones y la singularidad de cada individuo, hicimos responsables a los niños de los ataques personales y de la falta de respeto hacia los demás.

El engaño, la deshonestidad y la falta de respeto eran actitudes y comportamientos que recibían una atención correctiva en nuestro hogar. Pero, al mismo tiempo que enfrentábamos los comportamientos incorrectos, también decidimos reforzar y recompensar los comportamientos que queríamos que se repitieran. Elogiábamos *la consideración* cada vez que ponían a otras personas en primer lugar. Elogiábamos *la gratitud* en sus vidas porque valoramos el

agradecimiento. Y elogiábamos *la sinceridad* para que fueran personas fieles a sí mismas y a lo que Dios les estaba formando para ser.

DISCIPLINA BASADA EN VALORES

Como padres, mi esposa y yo estábamos decididos a reafirmar a nuestros niños cuando veíamos algo que queríamos que repitieran. No solo afirmábamos sus logros o sus talentos, sino también su carácter. Prestábamos especial atención a los comportamientos que demostraban que se estaban convirtiendo en lo que podían y debían ser. **Como un papá, desarrollé una disciplina por mí mismo; solía observar e intentar pillar a mis hijos haciendo algo bien. Quería que supieran que papá no solo era su mayor admirador fuera de casa, sino que siempre los observaba y quería animarlos cuando hacían lo correcto en el momento adecuado,** sabiendo que eso les daría valor.

**Elogia en
público,
corrige en
privado.**

Como un papá, ¿alguna vez has pensado en qué vas a elogiar en la vida de tus niños? ¿Qué vas a corregir o afrontar en sus vidas? La forma en que hagas cualquiera de estas cosas es extremadamente importante. Una de las cosas por las que intentamos regirnos es este sencillo dicho: *elogia en público, corrige en privado*. Nuestro enfoque consistía en elogiar públicamente, delante de los demás, el comportamiento que reflejaba nuestros valores

**La valentía
es una fuerza
interior que
le da a una
persona la
capacidad de
vivir la vida con
todo.**

familiares, pero afrontar o corregir en privado el comportamiento incorrecto. Teníamos un objetivo para la formación o el discipulado que impartíamos a nuestros hijos. **Les ayudábamos a desarrollar el carácter y la valentía en sus vidas estableciendo límites claros, no solo normas y reglas, sino también el reconocimiento y la recompensa por demostrar un buen carácter basado en los valores de nuestra familia y en su singularidad individual.** Entendíamos nuestra misión porque teníamos un objetivo en mente e identificábamos nuestros valores que nos centraban. Al reforzar estos valores, esperábamos que ellos también pudieran adoptarlos y cultivarlos en sus propias vidas.

COSAS QUE DICEN LAS PERSONAS VALIENTES

Hay una forma en que hablan las personas valientes. Creo que hay cuatro frases sencillas que dicen las personas valientes. La primera es «*gracias*». Los hijos necesitan

saber que no podrán desenvolverse en la vida sin ayuda. Pedir ayuda es un acto tremendamente valiente. Reconocer las acciones sencillas de los demás no solo es ser considerado, sino que también refleja la gratitud de uno. Las personas valientes también dicen la otra cara de la moneda. No solo dicen «*gracias*», sino que también dicen «*de nada*». Es más que una simple cortesía o educación. Es un reconocimiento del agradecimiento de la otra parte. Esta

Hay cuatro frases sencillas que dicen las personas valientes: “Gracias”. “De nada”. “Lo siento”. “Te perdono”.

respuesta también les asegura que no tienen la obligación de devolver el favor.

Las personas valientes son capaces de decir «*lo siento*». Son capaces de admitir cuando se equivocan. De todas las cosas que podría haber hecho mejor como padre, pedirles perdón a mis hijos es algo que realmente intenté hacer bien. No intenté mantener una imagen de papá perfecto, solo la de uno que estaba en proceso. Creo que el hecho de que me vieran reconocer mis errores y transgresiones les demostró que seguía creciendo y cambiando para mejor. En una cultura que prefiere culpar a los demás o poner excusas, asumir la responsabilidad personal demuestra carácter e integridad. Del mismo modo, las personas valientes dicen «*te perdono*». Esto libera a la otra persona de la amenaza de que sus acciones se le echen en cara o se utilicen en su contra en el futuro. Respuestas como «no es gran cosa» son insuficientes porque, si no fuera gran cosa, la persona no habría sentido la necesidad de admitir su falta. «Te perdono» les libera a ellos y a ti de cualquier deuda relacional.

SER UN PAPÁ VALIENTE

Hay tres cosas que dicen los padres valientes. «*Te amo*» expresa tu compromiso con tus hijos. «*Estoy orgulloso de ti*», afirma su carácter. Y «*eres bueno en...*» les comunica que les prestas atención, que los ves y los elogias por el esfuerzo que hacen para desarrollar los dones y habilidades que Dios les ha dado y para superar los retos.

Disciplinar a nuestros hijos no se trata tanto de corregirlos como de sacar a relucir la promesa y el potencial que Dios ha puesto en ellos. Deseamos criar hijos que tengan el valor de enfrentar los riesgos en sus vidas, sabiendo que las dificultades, los problemas o las tribulaciones no los descarrilan, sino que los ayudan a formarse y moldearse en el proceso. **Los niños con carácter serán personas valientes.** Recuerda que la valentía se define como la forma en que la confianza responde al riesgo. Si los niños crecen confiando en su modelo (tú, un papá) y pueden confiar en su formación, no tendrán nada que demostrar a nadie y podrán afrontar la vida con valentía.



1

Piensa en una ocasión en la que tu hijo se enfrentó a un reto: ¿confió en sí mismo, en el proceso o en ti? ¿Cómo influyó tu respuesta en su confianza?

2

¿Cómo le demuestras a tu hijo que puede confiar en ti para guiarlo a través de los desafíos de la vida? ¿De qué manera ayudas a tu hijo a aprender a confiar en sí mismo y en su capacidad para tomar decisiones?

3

¿Corriges el comportamiento basándote en tus valores o te das cuenta de que reaccionas emocionalmente? ¿Tus métodos refuerzan la confianza y el valor o crean miedo e inseguridad? ¿Cómo puedes asegurarte de que la disciplina refuerza el carácter en lugar de limitarte a castigar el comportamiento?

TAREA

DE PAPÁ

1

Escribe los comportamientos que violan los valores de tu familia y que deben corregirse («enfrentar»). Anota los comportamientos que demuestran los valores de tu familia y que deben reforzarse con afirmación («elogiar»). Comprométete a corregir y elogiar intencionalmente estos comportamientos a lo largo de la semana.

ENFRENTAR

ELOGIAR

2

Escribe algunos de los límites y pautas que has establecido para tus hijos. ¿Cómo ayudan los límites que estableces para tus hijos a que se sientan seguros y a desarrollar su confianza? ¿Hay algún límite que debes redefinir o aclarar?

3

Comprométete a decir «Te amo», «Estoy orgulloso de ti» y «Eres bueno en...» a tu hijo esta semana.



**Me tragué mi orgullo
y acudí a mi papá en
busca de ayuda**

Diez monedas de diez centavos. Todavía puedo verlas apiladas ordenadamente en la mesa de la cocina mientras mis padres me explicaban qué era una mesada. ¡Un dólar entero! Cuando era niño, no tenía idea de que estaba a punto de recibir mi primera lección sobre la administración del dinero. Mis padres me lo explicaron claramente: si hacía todas mis tareas domésticas durante la semana, recibiría diez monedas de diez centavos cada sábado. Si no las hacía, no recibiría nada. ¿La otra condición? Una de esas monedas tenía que llevarla a la iglesia al día siguiente.

«¿Pero me quedo con las otras nueve?» pregunté con los ojos muy abiertos. «¡Qué ganga!».

A medida que fui creciendo, las mesadas se convirtieron en trabajos a tiempo parcial, y el concepto de «diezmo»,²⁵ dar el 10% de mi sueldo, nunca me resultó difícil; era simplemente lo que siempre había hecho. Seguía quedándome con la mayor parte de lo que ganaba. **Pero cuando llegaron las responsabilidades de la vida real, me encontré luchando económicamente por primera vez.** Mi sueldo no me alcanzaba y empecé a preguntarme si ese 10% podría ayudarme a cubrir algunos de mis crecientes gastos. Así que dejé de dar el diezmo.

²⁵ El diezmo (la palabra «diezmo» significa «décima parte») es un concepto que se encuentra en la Biblia. Es una forma práctica de: 1) honrar a Dios expresando gratitud por sus bendiciones y generosidad; 2) demostrar confianza en la capacidad de Dios para satisfacer tus necesidades; y 3) poner a Dios en primer lugar en tu vida y tus finanzas. (Proverbios 3:9-10; Malaquías 3:9-10) El propósito del diezmo es enseñarte a poner siempre a Dios en primer lugar en tu vida. Deuteronomio 14:23 (TLB)

Desgraciadamente, mis problemas económicos no hicieron más que agravarse. Las facturas se acumulaban y me sentía completamente abrumado. Finalmente, me tragué mi orgullo y acudí a mi papá en busca de ayuda. Él siempre había administrado sus finanzas con prudencia, y yo lo había visto hacerlo con disciplina a lo largo de los años. Sentados una vez más a la mesa de la cocina, revisamos todas las facturas y deudas que había acumulado. **No se enfadó. No me dio un sermón.** En cambio, sacó su chequera y empezó a escribir cheques para saldar mis deudas.

Ese día me rescató, pero no sin un costo. Dejó claro que se lo devolvería y juntos creamos un plan para hacerlo. Me llevó unos años, pero le devolví hasta el último céntimo. ¿Cuál fue la condición más importante que me impuso? El diezmo ya no era opcional. Tenía que confiar en Dios con mis finanzas. Desde ese día, he vivido sin deudas de tarjetas de crédito y nunca he perdido la oportunidad de dar el diezmo. Mi papá seguía enseñándome, incluso siendo ya adulto.

Cuando empecé a pensar en Mi Dad Plan (Plan de Papá), supe que la administración financiera era algo que quería transmitir a mis hijos. Pero hasta entonces, no había tenido la intención de empezar. Dad Academy me dio la estructura para tomar todas las ideas, tradiciones y lecciones que habían estado flotando en mi cabeza y ponerlas en práctica.

Siguiendo a Dad Academy, implementamos un sistema de mesada en nuestra casa: cuatro dólares y cuatro monedas de veinticinco centavos (por la inflación, ya saben). **Estoy agradecido por tener un padre que no solo me enseñó cuando era niño, sino que también sigue guiándome como hombre.** Y estoy agradecido por Dad Academy, que me ha ayudado a elaborar un plan para criar a mis hijos con valentía, competencia y confianza.

CAPÍTULO

05



Crear Competencias

**Preparar a los niños
para la vida**



Un niño necesita que un padre le enseñe cómo ser en el mundo... Necesita que le enseñen a leer un mapa para que pueda reconocer los caminos que conducen a la vida y las sendas que conducen a la muerte. Cómo saber qué exige el amor. Y dónde encontrar acero en el corazón cuando la vida nos exige más de lo que creemos poder soportar.

IAN MORGAN CRON



CREAR COMPETENCIAS

Preparar a los niños para la vida

Cuando tenía unos once o doce años, mis abuelos vinieron desde el Medio Oeste a visitarnos a lo que, en aquel momento, era una ciudad relativamente pequeña en la costa central de California. Mi papá me había estado enseñando a conducir un coche, primero sentándome en su regazo y dejándome girar el volante y, finalmente, dejándome sentarme en el asiento del conductor para conducir por un estacionamiento vacío. En ese estacionamiento adquirí cierta experiencia en arrancar y frenar, e incluso en manejar la transmisión manual, tras aprender a usar el embrague y la palanca de cambios.

Cuando mi papá y yo volvíamos a casa del supermercado, al final de la manzana vimos que toda nuestra familia, incluidos mis abuelos, mi tío y mi tía, que estaban de visita, se había reunido en el jardín delantero. Recuerdo que le rogué a mi papá que me dejara conducir la última manzana hasta casa para mostrar a todos mi nueva habilidad. Así que me permitió pasar al asiento del conductor. Estaba muy orgulloso de mostrar mis habilidades al volante y lo estaba haciendo muy bien hasta que tuve que girar a la derecha para meter el

Volkswagen Beetle en la entrada. Me pasé un poco de la curva y, con todo el mundo mirando, me puse un poco nervioso.

En lugar de poner el coche en marcha atrás y retroceder para conseguir un mejor ángulo, me entró el pánico y, sin querer, solté el embrague. El Volkswagen se adelantó, subió por el bordillo derecho y se detuvo contra la boca de incendios de la acera. Mi papá y yo no sufrimos ningún daño ni tampoco ningún otro miembro de la familia. Solo el guardabarros delantero y el faro del lado del conductor sufrieron algunos daños. Aunque sufrí un poco de vergüenza, la familia se echó a reír y mi papá se tomó con buen humor la reparación del coche.

Esta historia me recuerda las tres cosas que un papá desarrolla en sus hijos: valentía, competencia y confianza. Como demuestra esta historia, yo había cultivado cierta valentía, pero mi competencia para esa habilidad vital y la situación aún no se habían desarrollado plenamente.

Desarrollar la valentía es cultivar el corazón de nuestros hijos. Al aprender a confiar, los hijos pueden aprender a ser valientes porque aprenden a afrontar los retos. Esto, a su vez, desarrolla su carácter y les ayuda a afrontar la adversidad y a no dejar que el miedo les impida asumir riesgos.

CONSTRUIR COMPETENCIA

Es hora de hablar de la segunda C de la paternidad: la competencia. La competencia es la capacidad de hacer algo con éxito o con eficacia. **Todos**

queremos que nuestros niños sean capaces de afrontar la vida con éxito y se sientan capaces. Esta es otra faceta de la educación, que comienza cuando nuestros niños son pequeños. Todo lo que sabías hacer de niño, desde hacer la cama hasta atarte los zapatos, es una habilidad que te tuvieron que enseñar. Piensa en el hecho de que a los hijos hay que enseñarles a ir al baño. Parecería que sentarse en los propios excrementos sería motivación suficiente para aprender una nueva forma de hacer las cosas. Sin embargo, es curioso cómo algunos niños pueden resistirse tanto a este cambio. ¿Te imaginas si tu hijo nunca hubiera aprendido esta habilidad? Qué asco.

El entrenamiento es enseñar y el entrenamiento suele ser práctico. Piensa en algunas de las habilidades que te enseñaron. Recuerdo el día en que mi papá me enseñó a montar en bicicleta. Más tarde, me enseñó a llevar la cuenta de mi chequera. Recuerdo cuando mi abuelo me enseñó a pintar una pared. Muchas de las habilidades que tengo en mi vida, grandes o pequeñas, se deben a que alguien me enseñó a hacerlas. Muchas cosas en la vida requieren a alguien que nos enseñe cómo hacerlas. Ese proceso de entrenamiento y aprendizaje crea una importante base de conocimientos a la que podemos recurrir a lo largo de nuestra vida.

Hay una historia sobre el legendario entrenador de baloncesto masculino de la UCLA, John Wooden, quien llevó a sus equipos a ganar diez campeonatos consecutivos de la NCAA. Dedicaba el primer entrenamiento de cada temporada a enseñar a sus jugadores a ponerse los calcetines y a atarse los cordones de los zapatos (en aquella época, las zapatillas Chuck Taylor

Converse y los calcetines de lana eran el mejor equipamiento disponible). Ahora bien, se podría pensar que los estudiantes universitarios sabrían hacer esto. Pero las instrucciones del entrenador Wooden tenían un propósito mucho mayor. No quería que perdieran tiempo atándose los cordones durante un partido. No quería que les salieran ampollas, algo habitual debido al equipamiento disponible

en aquella época. Y lo que es más importante, desarrolló una base de conocimientos a la que su equipo volvería una y otra vez. El conocimiento más profundo que estaba impartiendo a estos jóvenes era el hecho de que son los detalles los que realmente marcan la diferencia. La atención a los detalles a menudo determina la capacidad de una persona para triunfar o fracasar.

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA?

Esta capacidad de adquirir y aplicar conocimientos es lo que llamamos inteligencia. Si nuestros hijos quieren aprender a desenvolverse con éxito en la vida, tendrán que adquirir cierta inteligencia. Hay dos formas de definir la inteligencia. **Una es la capacidad de aplicar conocimientos y habilidades.** Como entrenador, tengo un dicho: «saber y no hacer es no saber». No me digas lo que sabes. Demuéstrame lo que sabes haciendo lo que te han enseñado.

El otro tipo de inteligencia es **la recopilación de información valiosa.** Piensa

**Todo lo que sabías
hacer de niño, desde
hacer la cama hasta
atarte los zapatos, es
una habilidad que te
tuvieron que enseñar.**

en ello como en un espía enviado para recabar información y recopilar datos. Ambas son definiciones excelentes porque entendemos que la vida requiere inteligencia. La inteligencia es crucial para la competencia. Y la competencia es lo que permite a una persona desenvolverse en la vida con habilidad y éxito.

Los dos tipos de inteligencia que necesitan los niños son *la inteligencia emocional* y *la inteligencia experiencial*, las habilidades relacionales y las habilidades situacionales. La inteligencia emocional es la capacidad de comprender, expresar y controlar las propias emociones. Todo el mundo debe aprender a autorregularse y tener la capacidad de saber qué tipo de emociones deben expresarse y cuáles deben reprimirse. En algún momento, aprendimos que la gratitud es mejor que quejarse. En algún momento descubrimos que estar con alguien alegre es mejor que estar con alguien gruñón. Tenemos que ser capaces de ayudar a nuestros hijos a comprender cómo gestionar sus emociones y qué emociones deben mostrar. También debemos comprender qué tipo de emociones deben controlarse. No dejamos que nuestros niños vayan por ahí haciendo berrinches. Eso no les ayuda a aprender las habilidades de la autodisciplina y el autocontrol. Una parte importante del trabajo de un padre es enseñar a sus hijos a regularse a sí mismos.

LA IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es también la capacidad de aplicar esas mismas habilidades en nuestras relaciones con los demás. Las habilidades relacionales de empatía, compasión y consideración son formas en las que demostramos inteligencia emocional. Nos da la capacidad de navegar por las relaciones.

**Saber y
no hacer
es no saber.**

Sin pensar conscientemente en ello, todos comprendemos la necesidad de la inteligencia emocional. Esta necesidad se identifica casi tan pronto como un niño comienza a comunicarse con conciencia de sí mismo. Por ejemplo, después de las primeras palabras de un niño (que suelen ser «mamá» o «papá»), ¿cuál es la siguiente palabra que aprende? «Mío», ¿verdad? Cuando enseñamos a los niños a compartir, les estamos entrenando en inteligencia emocional.

Cuando intentamos decirle a nuestro hijo adolescente que ese nuevo amigo no es bueno para él y somos capaces de explicarle por qué hemos llegado a esa conclusión, le estamos ayudando a aprender a utilizar la inteligencia emocional para tomar sus propias decisiones. En pocas palabras, cuando les enseñamos a decir «gracias» y «lo siento» (palabras que las personas valientes son capaces de utilizar), les estamos enseñando inteligencia emocional.

¿Por qué es tan importante la inteligencia emocional? Para ser sinceros, es porque mucha gente simplemente no la entiende. **Tómese un momento para pensar en qué es lo que más contribuye al éxito de una persona en la vida. ¿Son las habilidades técnicas, las habilidades emocionales o las habilidades sociales?**



¿Es una mezcla de todo ello? Veamos a qué conclusiones ha llegado la investigación.

Una investigación realizada con directores ejecutivos de empresas de la lista Fortune 500 por el Instituto Internacional de Investigación de Stanford y la Fundación Carnegie Melon reveló que el 75% del éxito laboral a largo plazo depende de las habilidades interpersonales (la capacidad de comunicarse y cooperar, la capacidad de servir en lugar de liderar), mientras que solo el 25% depende de los conocimientos técnicos.²⁶ ¿Sabes lo que eso significa? Significa que se llega más lejos en la vida siendo considerado y cooperando con los demás que siendo inteligente. Eso es la inteligencia emocional.

EL ABC DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Entonces, ¿cómo enseñan los padres la inteligencia emocional? Yo lo llamo el ABC. «A» es *afecto*. Quizás hayas leído «Los cinco lenguajes del amor», del Dr. Gary Chapman, un libro popular y poderoso que utilizamos en nuestra propia familia. Él sugiere que hay cinco formas en que las personas expresan o reciben amor: palabras de afirmación, actos de servicio, regalos, tiempo y contacto físico. Si bien todas ellas son importantes, creo que es fundamental que los padres comprendan la importancia del contacto físico, de proporcionar a nuestros

**Los niños necesitan
afecto físico y afecto
verbal.**

²⁶ Citado por Ranjit S Malhi (2009) «La dura realidad sobre la empleabilidad de los graduados y las habilidades sociales». ADEPT: Boletín de investigación sobre liderazgo en la educación superior 3: 45-56.

hijos afecto físico, abrazos y besos. Un estudio a largo plazo de la Universidad de Duke observó a padres con sus hijos de ocho meses y midió el nivel de afecto, desde el más extravagante hasta el más negativo, en sus interacciones con sus hijos cuando estos eran bebés. Esos mismos niños fueron evaluados treinta y cuatro años después, y los que recibieron más afecto cuando eran bebés tenían los niveles más bajos de estrés y ansiedad como adultos.²⁷ La ciencia respalda la idea de que necesitamos ocho abrazos al día para estar sanos. El contacto físico saludable libera hormonas que reducen el riesgo de enfermedades cardíacas, combaten las infecciones y refuerzan nuestro sistema inmunológico.

Nuestros niños necesitan algo más que el afecto físico; también necesitan afecto verbal. Todos los niños necesitan escuchar estas cosas de su papá con regularidad: «Te amo», «Estoy orgulloso de ti» y «Eres bueno en... (rellenar el espacio en blanco)». Esta es una forma importante de cultivar la valentía, de «infundir valentía» (literalmente, de verter valentía en) sus corazones. Tanto los hijos como las hijas se benefician del afecto paterno porque afirma sus identidades individuales.

Para los niños, es importante porque les permite conectar con sus emociones en un mundo que les dice que deben reprimir ese aspecto de sus vidas, que no es masculino ser emocional. Sin embargo, no se es verdaderamente un hombre a menos que se esté en contacto con el corazón y el alma. **A los niños hay que enseñarles a ser vulnerables, compasivos y afectuosos.**

²⁷ Gollwitzer, A., France, K. D., & Hitti, L. E. y A. (27 de noviembre de 2024). «Cómo el afecto de los padres moldea la felicidad de los hijos». SPSP. <https://spsp.org/news-center/character-context-blog/how-parents-affection-shapes-childrens-happiness>

Para las niñas, el afecto físico de su padre satisface su necesidad de seguridad y de conexión emocional. Las investigaciones demuestran lo que ocurre cuando las niñas no lo reciben de su padre. Lo buscan y responden al primer hombre que es capaz de proporcionárselo **El afecto de un padre es clave para la identidad femenina y la autoestima de su hija.**²⁸

Incluso en una relación cercana, a medida que una niña madura y se convierte en mujer, esos cambios pueden interferir con su relación con su papá. Mi esposa lo experimentó. Siempre había tenido una relación cercana con su papá. Al entrar en la adolescencia, su lado afectuoso comenzó a cambiar. Ya no quería la atención física. Los días de «acurrucarse en el regazo de papá» en busca de consuelo habían terminado. Había una diferencia de 21 años entre ellos y, a los 15 años, su papá solo tenía 36. Esto generó algunos momentos incómodos en las «citas entre papá e hija». ¿Por qué? Porque muchas veces la gente le preguntaba si era su esposa. Esto hacía que las cenas fuera de casa y pasar tiempo a solas en lugares públicos resultaran incómodos.

Mi esposa comenzó a alejarse físicamente. Pero había algo que no cambió en su relación. Su papá había invertido en el lado de la comunicación de su relación. Construyó una línea de comunicación sana y abierta durante toda su adolescencia y hasta bien entrada la edad adulta. Los estudios demuestran que a la niña promedio le encanta hablar. Sabemos que las mujeres tienen más

²⁸ «La implicación del padre actúa como amortiguador frente a diversos resultados negativos, como la iniciación sexual precoz, los embarazos adolescentes, la violencia en las relaciones sentimentales y las conductas sexuales de riesgo. En particular, cuando las relaciones entre padres e hijas se basan en una comunicación abierta, la confianza y un mayor nivel de contacto, estos resultados negativos se reducen aún más».

Sibley, D. S. y Granger, K. (15 de julio de 2019). «Cómo influyen los padres en las relaciones sentimentales de sus hijas». Instituto de Estudios de la Familia. <https://ifstudies.org/blog/how-fathers-influence-their-daughters-romantic-relationships>

palabras que los hombres. A veces, lo único que se necesita es escuchar. Otras veces, es cuando ella busca consejo.

Cuando un padre aprovecha ese aspecto de su hija, incluso cuando comienzan los cambios físicos, la relación sigue creciendo y prosperando. A menudo hemos oído que una esposa necesita comunicación en su relación con su marido. Esto alimenta esa necesidad emocional en la vida de una mujer.

Le ayuda a tener confianza en sí misma y a no tener miedo de compartir. Como padre, puedes cultivar esta parte importante de la personalidad de tu hija para que, cuando se case, esta área de su vida sea saludable. Está claro que **el afecto adecuado de su padre es un elemento fundamental en la vida de un niño.**

La conversación con tus hijos se reduce sencillamente a esto: hablar menos y escuchar más.

La A en la inteligencia emocional es el afecto. La «B» en el ABC es "oBservación." Sé que en realidad no es «B» (quizás la O debería ser muda). *Observación:* tus hijos te están observando. Ven cómo respondes cuando las cosas van bien y cuando las cosas se ponen difíciles. Aprenden a manejar sus sentimientos observando cómo manejas los tuyos. Aprenden sobre el autocontrol, el sacrificio y la motivación con el ejemplo que les das. Aprenden a lidiar con las confrontaciones y el estrés observando cómo tú lo haces. Aprenden a valorar

**La sabiduría
es saber qué
hacer y el
conocimiento
es saber cómo
hacerlo.**

a los demás y a asumir responsabilidades personales. Aprenden todo esto y mucho más observando tu vida. Es importante tener en cuenta este concepto, ya que se trata de competencias de vida importantes que debemos ayudarles a desarrollar. Podemos concluir que nosotros mismos debemos prestar atención a mejorar esas habilidades en nuestra propia vida.

Afecto, observación, y ahora la «C» significa *conversación*. La conversación con tus hijos se reduce sencillamente a esto: *hablar menos y escuchar más*. La mejor manera de hacerlo es empezar a hacerles preguntas profundas sobre su vida. Cada respuesta podría ser una pregunta que abra una nueva puerta a su corazón.

En los Evangelios²⁹ se registra que la gente le hizo a Jesús más de 130 preguntas, pero él solo respondió a tres de ellas. Más importante aún, Jesús hizo más de 300 preguntas en el Evangelio. No solo mostró a la gente lo que debía hacer, sino que, lo que es más importante, hizo muchas preguntas. ¿Por qué? Porque las personas aprenden mejor cuando son capaces de procesar la información y de desarrollar respuestas reflexivas. **Hacer preguntas a tus niños les enseña a procesar lo que sienten, a organizar sus pensamientos, a desarrollar sistemas y a articular y comunicar lo que piensan y sienten.**

LA IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EXPERIENCIAL

Los niños también necesitan *inteligencia experiencial*. Se trata de tener experiencias de vida de las que aprender y sobre las que construir. Es la

²⁹ Los «Evangelios» son los cuatro libros del Nuevo Testamento que recogen las biografías de cuatro autores diferentes y ofrecen una imagen de quién es Jesús, qué dijo y qué hizo.

capacidad de aprender de la propia experiencia y de la de otras personas. Antes te pedí que pensaras en las cosas que otras personas te enseñaron. Supongo que la siguiente pregunta es: ¿qué cosas nos gustaría que alguien nos hubiera enseñado? Quizás hayas identificado algunas áreas de tu vida en las que ves algunas deficiencias. En esas áreas, desearíamos que alguien se hubiera sentado con nosotros y nos hubiera enseñado esas lecciones. En mi caso, realmente desearía que alguien se hubiera sentado conmigo y me hubiera enseñado a ahorrar, administrar mi dinero y hacer un presupuesto. Ha sido una habilidad difícil de cultivar por mi cuenta. Afortunadamente, he podido poner en práctica mucha información y herramientas relacionadas con la inteligencia financiera. Aun así, me hubiera gustado tener esa información antes en mi vida y que alguien me hubiera ayudado a desarrollar esa habilidad.

Como padre, tienes que entender que una de las principales tareas de ser padre es transmitir tus habilidades a tus hijos. **Por lo tanto, el primer paso es preguntarte: «¿Qué sé hacer?»** ¿Sé hacer huevos revueltos? ¿Sé enmarcar una pared? ¿Sé cambiar el aceite? ¿Sé planchar la ropa?

No se trata de utilizar a tus hijos como mano de obra barata ni de hacerles hacer cosas que ni siquiera tú quieres hacer. Pero cuando les invitas a aprender a hacer cosas que tú sabes hacer, trabajando codo a codo con ellos, no solo les estás transmitiendo información útil. **Lo que realmente estamos haciendo es enseñarles a compartir la vida, a pedir ayuda y a aprender a trabajar con alguien.** También les enseña responsabilidad y les ayuda a desarrollar una

buena ética de trabajo. Hacer tareas y aprender habilidades junto a ti también fomenta su autoestima, porque saben cuándo han logrado realmente algo que vale la pena.

ESTABLECER RELACIONES EXTERNAS

La inteligencia experiencial no solo consiste en transmitir lo que sabes, sino también en presentar a tus hijos otras relaciones significativas. **¿Alguna vez te has preguntado «¿A quién conozco que sabe lo que yo no sé?»** Una de las cosas más difíciles que todos los padres acaban comprendiendo es que llega un momento en el que dejan de criar a sus hijos por sí mismos. A medida que crecen, habrá otras voces que tus hijos escucharán y que tendrán cierta influencia en sus vidas. **Una cosa importante que pueden hacer los padres es identificar a aquellas personas que sus hijos admiran o que se convierten en una autoridad adicional en sus vidas para relacionarse con ellas e invitarlas a su círculo.** Para validar este punto, piense en alguien fuera de su familia inmediata que haya tenido una influencia positiva en usted. ¿Fue un entrenador o un profesor? ¿Otro miembro de la familia o un mentor externo? Cuando echa la vista atrás y piensa en esas personas, ¿cómo le influyeron y qué le enseñaron?

Recuerdo especialmente a tres hombres de mi infancia y adolescencia. Uno era Lynn Rogers, mi profesor de sexto grado y entrenador de la liga infantil de béisbol, que me enseñó sobre el liderazgo y la responsabilidad. Otro era Jake Miranda, el líder de mi grupo pequeño de la iglesia en la secundaria. Jake me enseñó a surfear. No solo era ese tipo genial al que los niños

admiraban; siempre estaba disponible para nosotros, al tiempo que tenía una relación admirable con su esposa, como pareja de jóvenes casados (siguen casados hasta el día de hoy). El último es Jim Rhodes, que fue mi mentor en la preparatoria y me dio mi primer trabajo real, donde aprendí la importancia de prestar atención a los detalles y el significado de poner a las personas en primer lugar.

Mientras piensas en quiénes han estado presentes en tu vida o identificas los vacíos relacionales que puedas haber tenido, aplica esta perspectiva a las relaciones que tienes ahora. Identifique a algunas personas de tu círculo (amigos, familiares, personas que ya tienen cierta influencia en la vida de tus hijos) e invítelas a invertir en la vida de tu hijo. Ser consciente de las personas que influyen en la vida de tu hijo le reportará beneficios para toda la vida, ya que le proporcionará relaciones y habilidades que le prepararán para el éxito en la vida.

DESBLOQUEAR EL POTENCIAL DE TU HIJO

Uno de los rituales diarios de nuestra familia era citar un versículo específico del libro de Proverbios. Dice:

«Porque la sabiduría entrará en tu corazón».

(Esa es una muy buena descripción de la valentía).

El conocimiento será agradable para tu alma.

La discreción te protegerá, y el entendimiento te guardará.³⁰

³⁰ Proverbios 2:10-11 (NVI)

Permítanme analizar estos versículos un poco más a fondo. La primera parte habla de *la sabiduría* (qué hacer) y *del conocimiento* (cómo hacer algo). La sabiduría y el conocimiento están relacionados con la inteligencia experiencial y producen satisfacción. Cuando los niños no están limitados por la ignorancia ni atrapados por la arrogancia, cultivan una imagen saludable de sí mismos. También están la discreción y el entendimiento, rasgos de la inteligencia emocional, que los protegerán y custodiarán. Con discreción y comprensión, sus niños tendrán la inteligencia emocional para saber a quién entregar su corazón y cómo invertir su energía y sus pasiones. En el mismo contexto, la inteligencia experiencial les dota de un conjunto de habilidades y experiencias a las que recurrir, lo que limita los errores y los protege. **Desarrollar la competencia es una forma clave de liberar el potencial de su hijo y prepararlo con las habilidades y herramientas necesarias para una vida plena.**



1

¿Cuáles son las tres habilidades esenciales para la vida que aprendiste de tu padre (u otra figura de mentoría) y que te han ayudado en la edad adulta? ¿Cuáles son las tres habilidades para la vida que te hubiera gustado que alguien te hubiera enseñado antes?

2

Afecto: ¿Con qué frecuencia expresa afecto (físico o verbal) hacia tu hijo/a? ¿De qué manera puedes mostrarle tu amor de forma más intencionada?

3

Observación: Sus hijos le observan. ¿Qué reacciones emocionales ves en ti con más frecuencia? ¿Están aprendiendo respuestas emocionales saludables a partir de tu ejemplo?

4

Conversación: ¿Con qué frecuencia le haces preguntas abiertas a tu hijo/a sobre sus emociones, experiencias y pensamientos? ¿Cómo puedes crear más espacio para estas conversaciones?

TAREA

DE PAPÁ

1

Anota las habilidades prácticas (por ejemplo, administrar el dinero, cocinar, mantener el coche) y cinco habilidades personales (por ejemplo, tomar decisiones, empatía, resolver conflictos) que desees enseñar a tu hijo y que sean adecuadas para su edad y etapa de desarrollo.

PRÁCTICO

PERSONAL

Tim

Después de una colonoscopia de rutina en marzo, a mi esposa le diagnosticaron un cáncer en etapa 3.

Crecí en un hogar cristiano con unos padres maravillosos y dos hermanos menores. Mi mamá y mi papá amaban al Señor y nos enseñaron a seguirlo con todo nuestro corazón. En 1993, me casé con el amor de mi vida, que provenía de una familia con valores religiosos casi idénticos. **Cuando formamos nuestra propia familia, nos esforzamos por combinar lo mejor de ambos orígenes, creando una cultura con la que criar hijos fuertes y llenos de fe.**

El año pasado, mi familia y yo nos enfrentamos a la temporada más difícil de nuestras vidas. Después de una colonoscopia de rutina en marzo, a mi esposa le diagnosticaron un cáncer en etapa 3. Sentada en la cama del hospital, me miró y me dijo con determinación: «¡No tengo tiempo para esto!». Esa inquebrantable resiliencia es una de las muchas cualidades que me hicieron enamorarme de ella hace más de treinta años.

Después de asimilar el impacto, llamamos a nuestros tres hijos adultos y a sus cónyuges. **En ese momento, todo por lo que habíamos trabajado como padres cobró sentido.** La lección de Dad Academy sobre cómo crear una cultura familiar saludable había sido un principio rector en nuestro hogar, enseñándonos la importancia de criar hijos seguros de sí mismos que supieran liderar y servir bien.

Mi esposa siempre hizo hincapié en las conversaciones profundas,

preguntando constantemente a nuestros niños preguntas de «por qué» para ayudarles a procesar la vida de forma intencionada. No porque fuera una madre sobreprotectora, sino porque queríamos que nuestros hijos se convirtieran en personas reflexivas y fuertes. Nuestros niños siempre me oían decir: «La única persona a la que debes seguir es a Jesús. A todos los demás, debes liderarlos».

Así que no fue ninguna sorpresa cuando, durante esa llamada familiar con nuestros hijos y sus cónyuges, nuestro hijo sugirió de inmediato algo que nos ayudaría a superar los siguientes nueve meses. Propuso que tuviéramos una oración y una comunión familiar todas las noches hasta que mi esposa estuviera libre de cáncer. **Y eso es exactamente lo que hicimos. Todas las noches. A lo largo de todas las visitas al hospital, de las sesiones de quimioterapia y de los tratamientos de radioterapia.** A lo largo de todas las incertidumbres, todas las pequeñas victorias e incluso los momentos milagrosos que dejaron a los médicos sin explicaciones. Esas llamadas se convirtieron en el salvavidas que nos ayudó a superar el 2024, haciéndonos más fuertes y más unidos que nunca. Y por si se lo están preguntando, los médicos confirmaron lo que nosotros, como familia, pedimos en esa primera noche de oración: mi esposa está libre de cáncer.

Crear una cultura familiar saludable que genere niños seguros de sí mismos es un trabajo duro, pero cada esfuerzo vale la pena. Al final, todos queremos que, a nuestros hijos, y ahora nuestros nietos, les vaya mejor que a nosotros, sean mejores que nosotros, logren más que nosotros y formen parte de algo más grande que nosotros. Si hacemos el trabajo, el legado que construimos perdurará por generaciones. Y déjame decirte que vale la pena.

CAPÍTULO

06



Inculcar Confianza

**Crear una cultura
familiar saludable**



La forma en que un
hombre es recordado
por sus hijos es la
verdadera medida de
su vida.

ANÓNIMO



INCULCAR CONFIANZA

Crear una cultura familiar saludable

*J*ack dedicó su vida a ayudar a los jóvenes a convertirse en hombres. Como entrenador principal de fútbol americano, se comprometió no solo con las tácticas, sino también con enseñar a los jóvenes las habilidades que necesitarían para tener éxito en el campo. También comprendió que ganar no solo dependía de la valentía o la competencia, sino también de la confianza, una actitud ganadora que compartían todos los miembros del equipo. Estaba comprometido con la fe y la familia, y esas prioridades se trasladaron a su profesión.

A través de los altibajos, Jack sabía que las personas más importantes a las que «entrenaría» eran sus propios hijos. Así que ellos respondían a cada momento especial de sus vidas de la misma manera en que abordaban la adversidad. Jack les preguntaba a sus hijos: «¿Quién lo tiene mejor que nosotros?». Sus hijos respondían: «¡Naaaaadie!».

Este mantra llegó a definir a la familia Harbaugh y es señalado por los entrenadores principales de la Super Bowl de la NFL y hermanos Jim y John,

y su hermana Joani (casada con el entrenador de baloncesto masculino de la NCAA Tom Crean) por el optimismo contagioso que da forma a sus carreras profesionales y culturas familiares. «¿Quién lo tiene mejor que nosotros? ¡Naaaaadie!».

Si no hacemos un plan para ser padres intencionales, nos enfrentaremos a la posibilidad de no tener éxito en el trabajo más importante de nuestras vidas. Nuestra labor como padres es cultivar la valentía, desarrollar la competencia y crear confianza. La valentía está relacionada

con el desarrollo del carácter. La competencia consiste en tener la inteligencia necesaria para poder navegar con éxito por la vida. La confianza es el resultado de saber quién eres y qué defiendes.

La confianza es el resultado de saber quién eres y qué defiendes.

TRES NIVELES DE PATERNIDAD

Hay tres niveles de paternidad. El primer nivel es el biológico. Tu contribución significativa a la relación de crianza de los hijos es haber sido el donante de espermia. Si bien hay muchas razones que podrían haber contribuido a la situación, no hay un sentido real de responsabilidad ni de obligación hacia la relación con la madre o el niño.

El segundo nivel es material: el proveedor. Haces todo lo posible para asegurarte de que tu familia tenga lo que necesita. Aunque puede que no te

proporcione mucha satisfacción personal, existe la sensación de que estamos haciendo todo lo posible para garantizar que se satisfagan las necesidades que conocemos.

El tercer y más alto nivel de paternidad es el cultural. La paternidad cultural consiste en crear intencionadamente un entorno que cultive la valentía, la competencia y la confianza. Este enfoque de la paternidad es intencional porque parte de un objetivo final en mente. Pero antes de centrarnos en cuáles son nuestros objetivos para nuestros hijos, quizá debamos empezar por preguntarnos cuáles son nuestros objetivos para nuestras propias vidas. **Creo que debemos empezar por preguntarnos cómo queremos ser recordados.**



La forma en que queremos ser recordados no tiene que ver con las grandes cosas que logramos, sino con nuestra presencia. Tiene que ver con nuestro ser. Tiene que ver con lo que hemos aportado a la vida de alguien para ayudarlo no solo a tener éxito, sino también a afirmar su valor y su valía. Por eso es tan importante la paternidad cultural.

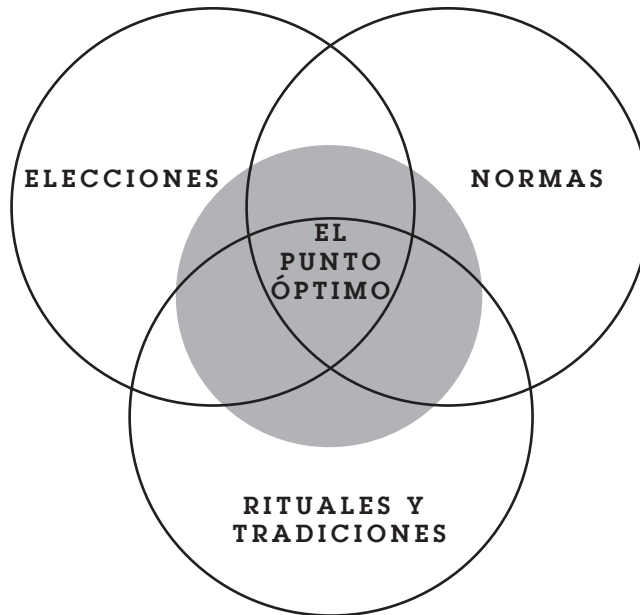
CREAR CULTURA

La paternidad cultural se centra en la cultura que creas en tu familia. En pocas palabras, la cultura es lo que distingue a un grupo de otro. Es la combinación de actitudes basadas en nuestros valores que dirigen nuestras acciones. Esas acciones se basan en nuestras elecciones, que a su vez se basan en nuestro sistema de creencias y nuestra estructura.

Entendemos cómo funciona la cultura, tanto étnicamente como generacionalmente. Pero ¿cómo funciona en las familias? ¿Tienen las familias una cultura? ¡Por supuesto! **Recuerda que la cultura se crea a partir de actitudes, acciones y valores.** Es cómo piensa una familia, cómo se siente, en qué cree, por qué cree y cómo actúa. **Tu familia ya tiene una cultura. La pregunta es: ¿la diseñaste tú o es por defecto?**

Echemos un vistazo a las tres partes de la cultura familiar. En primer lugar, están las **ELECCIONES**. Las elecciones definen la cultura familiar porque indican qué hacemos y qué no. Se basan en la idea de que cada decisión es, en realidad, dos decisiones. La decisión de hacer una cosa es también la decisión de no hacer otra. Las decisiones se determinan en función de lo que hacemos o no hacemos, basándonos en nuestro compromiso con un valor superior. Este marco de decisión contribuye a desarrollar la valentía, a vivir con el corazón, a la esencia de quienes somos, porque nuestro carácter está moldeado por nuestros valores.

COMPONENTS OF CULTURE



Luego están las que llamaríamos **NORMAS** culturales. Son las reglas tácitas que las personas cumplen o respetan. Es el entendimiento tácito de lo que se espera de nosotros. Esto está relacionado con ser capaz de «leer el ambiente» y saber qué comportamiento es apropiado. Por ejemplo, dar la mano y mirar a los ojos es una norma para la mayoría de nosotros en nuestra cultura occidental. Habiendo entrenado a atletas de otros países, mirar a los ojos al entrenador se considera una falta de respeto, por lo que mantener la cabeza inclinada cuando se les habla es su norma cultural. Las normas familiares pueden ser palabras o «tonos de voz» que usamos o no usamos en nuestro hogar. Pueden ser tan simples como expectativas diarias, como hacer la cama todos los días o limpiar la mesa después de las comidas. Las

**La atención y la
intención que le
das a tu familia
determinan
cómo vas a ser
recordado.**

normas están relacionadas con la inteligencia de una persona y el desarrollo de su competencia: saber cómo aplicar las cosas correctas en las situaciones adecuadas.

La tercera parte, que define la cultura, es la de los **RITUALES Y TRADICIONES** de la cultura. Esto es lo que le da a una familia un sentido de identidad y seguridad. Estos comportamientos cotidianos y momentos memorables son los que aportan intención y propósito al desarrollo de la identidad y el sentido de seguridad de cada uno.

Crear una vida que tus niños recordarán requiere esfuerzo.

EL PUNTO ÓPTIMO

El punto óptimo de la crianza de los hijos con propósito es donde se superponen tus elecciones, normas, rituales y tradiciones. Es allí donde tus valores son más visibles y la vida familiar tiene mayor impacto. Los puntos óptimos en tu vida familiar no ocurren por casualidad. Crear una vida que tus niños recordarán requiere esfuerzo. Como padre, el esfuerzo que dedicas a tu familia determina cómo serás recordado.

Hay un pasaje de las Escrituras que nos recuerda cómo seremos recordados y dice lo siguiente: *«Recordamos... tu trabajo que proviene de la fe, tu esfuerzo que proviene del amor y tu perseverancia que proviene de la esperanza»*.³¹ Nos «esforzamos» por ser papás, porque tenemos fe en lo que eso producirá.

³¹ 1 Tesalonicenses 1:3 (NVI)

Damos lo mejor de nosotros mismos porque es la forma de demostrar nuestro amor y nuestro compromiso con nuestra familia. Y perseveramos. Seguimos adelante porque hay una promesa por la que trabajamos: criar niños valientes, competentes y seguros de sí mismos.

EL PODER DE LOS RITUALES

Si queremos niños seguros de sí mismos, debemos introducir en nuestra familia rituales y tradiciones que definan nuestra cultura. Yo defino los *rituales como hábitos y rutinas con un propósito*.

Son acciones repetidas que tienen un significado detrás. *Las tradiciones son eventos con un propósito* que se repiten.

Son las experiencias que crean recuerdos.

Las tradiciones, cuando se combinan con los rituales, crean patrones y aportan ritmo a nuestras vidas.

**Los rituales son
hábitos y rutinas
con un propósito.
Las tradiciones
son eventos con un
propósito.**

Hablemos de las rutinas y los rituales diarios de nuestras vidas. ¿Cuál es tu rutina diaria? Suena el despertador; te levantas de la cama y... ¿qué haces? En mi caso, voy al baño, me preparo una taza de café y me siento en mi silla. Intento leer primero la Biblia. Luego leo las noticias y converso con mi esposa. Así es como comienzo el día. Esa es una rutina, mi ritual matutino, y toda mi familia sabe cómo es la mañana de papá.

Lo importante de estos rituales es que, al repetirse con tanta frecuencia, crean una imagen duradera que determina cómo te recordarán. Tus niños recordarán estos rituales. Espero que mis niños recuerden haberme visto leer las Escrituras casi todos los días, porque valoro el cultivo de mi vida espiritual y la integridad que le da a mi vida. Pero también espero que recuerden que les leía y oraba con ellos cada noche antes de acostarse.

La hora de acostarse y la de la mañana son ideales para los rituales. Antes de que mis hijos se fueran al colegio, teníamos un ritual que incluía citar el mismo versículo de la Biblia (Proverbios 2:10-11) y una sencilla oración: «*Querido Padre Celestial, que todo lo que diga y todo lo que haga te honre*». He tomado esa oración y la he incorporado a mi papel como entrenador de baloncesto en la preparatoria. Nuestro equipo dice esta oración todos los días al final del entrenamiento. Este ritual sirve como recordatorio del tipo de hombres que queremos ser, de lo que realmente nos comprometemos como equipo, dentro y fuera de la cancha. Este ritual ayuda a definir nuestra cultura.

Uno de los rituales sencillos que aprendí y que quizá puedas adoptar es que yo, papá, firmo las tarjetas de cumpleaños. Es un gesto sencillo que transmite a mis hijos que el sentimiento y la celebración no solo provienen de mamá, sino también de papá. También existe el ritual de no salir de casa sin llevar a uno de tus niños contigo. Puede que pongan los ojos en blanco e incluso se resistan, pero esas son las cosas que recordarán. Esos momentos crean oportunidades para conversar que, de otra manera, no existirían.

De hecho, quiero animarte a que desarrolles un ritual en torno a la iglesia o tu comunidad espiritual, porque es el único lugar donde se nos recuerda que la vida no gira en torno a mí, sino que gira en torno a algo mucho más grande. Cuando priorizas tu agenda familiar en torno a algunas cosas no negociables, le das fuerza a tus valores.

Al igual que la historia de los Harbaugh al principio del capítulo, mis padres tenían un lema para nuestra familia. Me criaron con un hermano que solo es dieciocho meses menor que yo. Cuando éramos pequeños, mi padre solía agarrar a mi hermano y a mí y nos decía todo el tiempo: «Escuchen, los hermanos deben permanecer unidos». Cuando nuestra hermana se unió a la familia, mi madre nos recordaba a todos: «La familia se mantiene unida». Esa frase transmitía los valores familiares de lealtad, compromiso y sacrificio, así como una expectativa sobre lo que sería una prioridad en la vida. Ese lema no solo sigue siendo un valor para mi hermano, mi hermana y para mí, sino que ahora lo aplicamos a nuestras propias familias. Como resultado, nuestros hijos comparten ese valor no solo entre ellos, sino también con el resto de la familia.

Estos rituales son la forma en que expresamos nuestros valores, y los rituales crean seguridad porque se convierten en algo en lo que pueden confiar. Se convierten en una forma de recordarnos lo que es importante y quiénes somos como familia.

Los rituales se convierten en una forma de recordarnos lo que es importante y quiénes somos como familia.

EL PROPÓSITO DE LAS TRADICIONES

Las tradiciones familiares son el complemento de los rituales familiares.

Cuando pensamos en tradiciones, a menudo nos vienen a la mente las actividades relacionadas con las fiestas. Las fiestas son un momento innato para dar sentido a la cultura de nuestra familia. Personalmente, una de nuestras tradiciones familiares durante las fiestas es nuestra participación en los servicios de nuestra comunidad de fe. Por ejemplo, asistimos a un servicio de adoración la noche antes del Día de Acción de Gracias porque dar gracias a Dios es el propósito de esta festividad. Salvo contadas excepciones, siempre hemos ido a la iglesia en Nochebuena para recordar el nacimiento de Cristo. Es una forma de recordar el mayor regalo que hemos recibido antes de abrir los regalos que nos hemos hecho unos a otros. Estos días «sagrados» y otras fiestas (por ejemplo, el 4 de julio y el Día del Trabajo en Estados Unidos) nos brindan la oportunidad de repetir ciertas actividades y de crear recuerdos en familia. Esto solo es una pequeña muestra del poder de la tradición en la cultura familiar.

LA IMPORTANCIA DE LAS CELEBRACIONES

Una gran pregunta que hay que plantearse es: **¿cómo se puede dar significado a los eventos que ya están en el calendario?** *Las tradiciones* ocurren en dos formas: celebraciones y recreaciones. Hablemos de las celebraciones. Hay cumpleaños y aniversarios que se repiten cada año. ¿Cómo participas, como papá, en las celebraciones de cumpleaños de tus niños? ¿Te limitas a hacer los mandados y dejas que la mamá se encargue del resto del trabajo? ¿O contribuyes al evento de una manera que le aporta

**Los niños seguros
de sí mismos
provienen de
culturas familiares
saludables.**

significado y valor? También habrá ceremonias de entrega de premios u otros reconocimientos especiales. ¿Das prioridad a estar presente en estas ocasiones? **La participación del papá convierte un momento especial en uno memorable.**

También hay celebraciones cotidianas que puedes crear. Tengo un amigo que se levanta y hace panqueques de arándanos para su familia todos los sábados. Aunque sus hijos ya son adultos jóvenes, esperan con ilusión sentarse juntos alrededor de la mesa a comer panqueques. Dice que está deseando hacer esto algún día con sus nietos. Los panqueques son solo una herramienta para crear vínculos y recuerdos juntos. Eso es lo que hace un papá.

Me encanta que mi papá soliera salir con mi hermana y, como resultado, yo intenté hacer lo mismo con mi hija. ¡Sigue siendo una de mis personas favoritas con las que pasar tiempo! A nuestra familia también le gustan las noches de cine en familia. No sé cuál es tu afición, pero sea lo que sea, ¡planifícala y hazla realidad! Así le comunicas a tu familia que piensas en ellos y que son tan importantes para ti que merecen que les dediques tiempo en tu agenda.

LA IMPORTANCIA DE LA RE-CREACIÓN

Otra parte de la tradición es la recreación. Si desglosamos la palabra, vemos que significa «re-creación». Son los momentos que pasamos juntos los que dan forma a nuestra familia, creando experiencias que se convierten en recuerdos fundamentales. Pregúntate: **¿qué cosas hace nuestra familia y**

si aportan vida a nuestra familia? Muchas familias se conforman con estar ocupadas, pero no son conscientes de las actividades y experiencias que dan forma a su familia. Los calendarios de muchas familias giran en torno a las actividades de sus niños. El simple hecho de estar ocupados en el campo de juego cada semana o en algún tipo de experiencia educativa es un sustituto inadecuado del tiempo de calidad en familia. Me gustaría animarte a desarrollar algo intencionado: un interés o afición compartida que tu familia haga juntos y que diga «esto es lo que somos».

Mientras reflexionan sobre las ideas de tradición y recreación, quiero animarlos a que consideren lo importantes que son las vacaciones. Crear un espacio para descansar y recalibrarse es tan importante que se encuentra entre los tres primeros mandamientos de los Diez Mandamientos. Nuestras vidas transcurren a un ritmo tan ajetreado que es fundamental tomarse un descanso para respirar; para dedicar tiempo a nuevas experiencias, dedicar tiempo para descansar, dedicar tiempo para disfrutar. Todas las familias necesitan un período prolongado fuera de su vida cotidiana para descansar y compartir experiencias juntas. Ese es realmente lo que significa la palabra «vacaciones». «Vacate», en inglés, significa abandonar y renunciar. Lo curioso es que, con las vacaciones, tendemos a llenarlas de tantas actividades. La broma habitual es que a menudo necesitamos unas vacaciones después de nuestras vacaciones.

Las vacaciones con tu familia deben crear tiempo y espacio, no solo llenar tiempo y espacio.

Las vacaciones con tu familia deben crear tiempo y espacio, no solo llenar tiempo y espacio. He descubierto que en las vacaciones a menudo lo más memorable es el viaje, no el destino. Cuando pienso en las vacaciones con las que crecí y en las vacaciones más memorables con mis hijos, nunca se trata del lugar o el destino. Siempre se trata de cómo llegamos allí y de todas las cosas que sucedieron durante el viaje.

Los rituales, esos hábitos intencionados de nuestra vida, crean seguridad. Las tradiciones, los acontecimientos intencionados, crean identidad. Combinados, te dicen quién eres. A lo largo de toda la Escritura, Dios dio a su pueblo cosas que hacer y lugares donde estar con un único propósito: que recordaran quiénes eran. Es una oportunidad para que cuenten su historia y refuercen su identidad. Porque **cuando una persona sabe quién es y se siente segura de sí misma, tiene confianza.**

Los niños seguros de sí mismos provienen de culturas familiares

saludables. Papá, tú eres el creador de la cultura y, por lo tanto, el creador de los recuerdos. Tienes una cultura familiar. ¿Es una que has diseñado con intención o una que has adoptado por defecto? Nunca es demasiado tarde para empezar a crear tu cultura familiar. Piensa en el tipo de rituales que vas a desarrollar a diario, semanalmente o mensualmente para inculcar a tus hijos un sentido de valor y seguridad. ¿Qué tipo de tradiciones vas a incorporar al calendario familiar? ¿Cómo puedes dar un significado adicional a tus vacaciones y a las tradiciones personales que creas para generar una identidad sana? Es una tarea importante porque es por lo que se recordará a un papá.



1

¿Actúas principalmente a nivel **biológico, material o cultural** de la paternidad? ¿Qué pasos puedes dar para avanzar hacia **la paternidad cultural**, es decir, moldear intencionadamente la identidad y los valores de tu familia?

2

¿Cómo describirías **cultura de tu familia**? ¿Es intencionada o por defecto? ¿Sientes que la cultura de tu familia ha alcanzado su punto óptimo?

3

¿Qué **rituales diarios, semanales o estacionales** ya practica tu familia? ¿Refuerzan tus valores?

4

Piensa en una **tradición** de tu infancia que haya tenido un impacto duradero en ti. ¿Cómo puedes introducir o adaptar algo similar en tu propia familia?

TAREA

DE PAPÁ

1

Elige un nuevo ritual diario o semanal que fortalezca los lazos familiares (por ejemplo, charlas matutinas, rutinas antes de acostarse, momentos de agradecimiento o cenas familiares).

MI NUEVO RITUAL

2

Identifica **los próximos eventos (cumpleaños, vacaciones u ocasiones especiales)** y piensa en formas de **añadir un significado adicional** a las tradiciones de esos eventos. Planifica el evento de manera que se ajuste a los valores de tu familia y fortalezca los lazos.

EVENTOS

SIGNIFICADO ADICIONAL

3

Planifica unas **vacaciones o una escapada** familiar, grande o pequeña, que permita **descansar y conectar**, en lugar de limitarse a llenar el tiempo con actividades.

FECHA

LUGAR

PRESUPUESTO

PLANES PARA CONECTAR

4

¿Cómo quieres que tus hijos te recuerden? Escribe tu visión.
¿Qué acciones específicas estás tomando hoy que contribuyen a ese legado?

Chris

Crecí en un hogar monoparental, donde mi madre crió a cuatro hijos sola. **La adicción de mi padre le impidió estar presente y, aunque anhelaba tener una relación**

con nosotros, sus decisiones crearon una brecha. En su lecho de muerte, quería desesperadamente hablar con nosotros, pero los tubos que tenía en la garganta lo hacían imposible. Ese momento dejó una huella indeleble en mí – Entonces me di cuenta de que era necesario hacer sacrificios para dar a mis hijos el tiempo y la presencia que yo nunca tuve. Me prometí ser un padre presente porque vi de primera mano cómo la ausencia de esas conversaciones y enseñanzas moldeó mi camino hacia la edad adulta.

Como padre, me he enfrentado a muchas dificultades y obstáculos. **Uno de los mayores retos ha sido modelar cómo debe ser el amor y una dinámica familiar saludable en nuestro hogar.** Ni mi esposa ni yo tuvimos un ejemplo constante de eso mientras crecíamos. Tuvimos que aprender a construir un matrimonio sólido, a comunicarnos de manera efectiva y a esforzarnos para que funcionara. Otro obstáculo importante ha sido elegir el tiempo por encima del dinero. Había oportunidades económicas que podría haber aprovechado, pero me habrían alejado de mi familia durante largos periodos de tiempo. En su lugar, decidimos crear un negocio que nos permitiera

Entonces me di cuenta de que era necesario hacer sacrificios para dar a mis hijos el tiempo y la presencia que yo nunca tuve.

una unidad. Todo lo que hacemos lo hacemos juntos. Esa decisión ha sido la más gratificante de mi vida, ya que me ha permitido estar plenamente comprometido, apoyar y estar presente como padre.

A través de mi experiencia con Dad Academy, **he aprendido la importancia de la coherencia: ser el mismo líder, mentor y maestro en casa que en el trabajo. Antes veía esos papeles como algo separado, pero ahora entiendo que son uno y el mismo.** Dad Academy me animó a equilibrar estos papeles de forma intencionada para satisfacer las necesidades únicas de mis hijos. Una de las lecciones más valiosas que he aprendido es que cada uno de mis hijos necesita una versión diferente de Papá para prosperar. Sus estilos de aprendizaje, personalidades y necesidades emocionales varían y tengo que adaptar mi enfoque para conectar verdaderamente con cada uno de ellos.

Esta conciencia ha moldeado mi estilo de crianza de los hijos, haciéndome más paciente, presente y proactivo al proporcionar la orientación y el apoyo que mis niños necesitan. **Ahora enfoco la paternidad con mayor intención, sabiendo que mi presencia, adaptabilidad y amor les ayudarán a convertirse en la mejor versión de sí mismos.**

CAPÍTULO

07



Nacer La Vida Memorable

**Momentos clave y
ceremonias significativas**



Los hijos no son una
distracción de las
tareas más importantes.
Son la tarea más
importante.

C.S. LEWIS



HACER LA VIDA MEMORABLE

Momentos clave y ceremonias significativas

*R*ecuerdas los primeros pasos de tu hijo? Hay muchos pasos entre esos primeros pasos y los que dará para recibir su diploma de la preparatoria o para caminar hacia el altar y convertirse en cónyuge. Se dice que, como padre, los días son largos, pero los años son cortos. Como padre cuyos hijos ya son mayores, puedo decirte que tu viaje por la vida con tus hijos es a la vez desafiante y gratificante. También pasa mucho más rápido de lo que esperamos. **Por eso es tan importante que un papá tenga una especie de mapa que le guíe a él y a su familia en su viaje.** Dediquemos un momento a repasar el viaje que hemos realizado en Dad Academy y los pasos que hemos dado para ser padres con un propósito.

PASOS EN EL CAMINO DE LA CRIANZA DE LOS HIJOS

El primer paso para la crianza de los hijos con propósito es comprender nuestro centro, los valores por los que nos regimos. Aprendemos que la paternidad no consiste en hacer todo bien, sino en hacer lo correcto. En el

segundo paso, comenzamos a aprender que ser papá realmente implica sacrificio. Para que un papá pueda dar vida a algo, debe estar dispuesto a perder la suya. El tercer paso tiene que ver con las decisiones: las decisiones de un papá reflejan su forma de pensar. En la Biblia hay un versículo que dice: «*Como un hombre piensa en su corazón, así es él*». ³² Esto nos recuerda que nuestros valores determinan nuestras elecciones, que dirigen las decisiones de nuestra vida y, en última instancia, determinan nuestro legado. El cuarto paso trata sobre la formación. La formación que damos a nuestros hijos y el ser dignos de confianza como padres les infunden valor en sus vidas. El quinto paso para ser un padre intencional es comprender que la inteligencia genera competencia, lo que libera el potencial de su hijo. El siguiente paso, el sexto, es donde nuestra intención se convierte en práctica y repetible. Creamos *rituales* diarios, hábitos intencionados que generan seguridad, y construimos *tradiciones* familiares, eventos intencionados que crean identidad. Son la identidad y la seguridad las que generan confianza en la vida de nuestros niños. Ahora, estás comenzando a formular un plan.

Tu viaje por la vida con tus hijos es a la vez desafiante y gratificante. También pasa mucho más rápido de lo que esperamos.

Empiezas a comprender tu misión como papá de crear valor, desarrollar

³² Proverbios 23:7

competencia y cultivar la confianza en tus niños. Lo haces a través de la disciplina (entrenamiento), la inteligencia (sabiduría) y la creación de la cultura de tu familia. Sabes desde dónde ejerces tu paternidad (valores) y cuál es tu objetivo. Sabes lo que vas a transmitir a tus niños y en qué aspectos necesitas pedir ayuda a otras personas. Vas a desarrollar mejores hábitos como papá y a dedicar tiempo a tu familia, no solo a llenar el tiempo y a establecer tradiciones significativas. Todo porque hemos aprendido que la forma en que un hombre es recordado por sus hijos es la verdadera medida de un hombre. Entonces, ¿cómo sabemos cómo lo estamos haciendo? ¿Cómo podemos medir nuestro éxito?

MOMENTOS CLAVE

Permítanme sugerir que una forma significativa de hacerlo es crear eventos clave y aprovechar el poder de la ceremonia. ¿Cuáles son algunas de las ceremonias de nuestra cultura? Las bodas, las graduaciones, los bar mitzvás y la obtención de la licencia de conducir son eventos que significan un cambio en la vida. **Quiero que echen la vista atrás y piensen en cuál fue un recuerdo clave en su vida. ¿Por qué fue significativo? ¿Qué pasó? ¿Quién estaba allí y de qué se trataba?**



Lo que aprendemos al analizar estos momentos memorables de nuestra vida es que cada una de estas ceremonias realmente marca el final de una etapa y el comienzo de otra. Estos tipos de ceremonias están arraigados en ciertas culturas. Por ejemplo, en la cultura judía existe el *Bar/Bat Mitzvá*. Bar significa hijo, Bat significa hija y *Mitzvá* significa «mandamiento» o «buena acción». A los trece años para los niños y a los doce para las niñas, la ceremonia significa que se han convertido en hijos o hijas de «buenas acciones», conectados con su comunidad inmediata y con la historia de su pueblo. También significa que ahora son responsables de sus actos y que se les invita a participar en la comunidad como adultos.

Para las jóvenes de ciertas culturas latinas, existe la *quinceañera*. Esta ceremonia de mayoría de edad celebra a una joven de quince años, presentándola a su comunidad y reconociendo que ha pasado de la infancia a la edad adulta. Ella tiene un conjunto de habilidades y cierto nivel de capacidad que ahora se reconoce como preparación para el matrimonio y la responsabilidad de cuidar a una familia.

Las ceremonias marcan nuevas etapas que traen consigo nuevos privilegios y nuevas responsabilidades.

Uno de los retos de nuestra cultura occidental es que no tenemos muchas ceremonias de transición que ayuden a las personas a saber cuándo pasan de una etapa a otra. Sin embargo, son muy importantes porque señalan una transición,

una nueva etapa que conlleva nuevos privilegios y nuevas responsabilidades. Las ceremonias también son poderosas porque nos ayudan a recordar tanto lo que fuimos como en lo que nos estamos convirtiendo. Por último, las ceremonias son útiles para papá porque reafirman nuestra confianza en nuestros hijos, celebran los pasos hacia el éxito y refuerzan la cultura de nuestra familia.

CUATRO ESTACIONES PARA CEREMONIAS SIGNIFICATIVAS

Es posible que hayas oído hablar del término «ritos de paso». Describe esas ceremonias significativas o momentos memorables que te ayudarán a comunicar a tus hijos cuándo han pasado de una etapa a otra. Creo que hay cuatro estaciones en la vida de nuestros hijos para las ceremonias.

La primera es cuando pasan de *la infancia a la adolescencia*, más o menos en la edad de la pubertad, entre los 12 y los 16 años. Cuando mi hijo cumplió doce años, celebramos su cumpleaños saliendo a desayunar. Allí le expuse nuestro plan para los siguientes doce meses. Una vez al mes, iríamos a desayunar y hablaríamos sobre las cualidades de ser un hombre. Luego saldríamos a «entrenar», donde yo le transmitiría las habilidades que tenía. Por ejemplo, un sábado construimos algo con mis herramientas eléctricas. Otro fin de semana le enseñé a lavar la ropa, plancharla y lustrar los zapatos. El último fin de semana, tuvo que planificar una cita con su mamá, incluyendo hacer una reserva para cenar, abrirle las puertas y pagar la cuenta (con el dinero que le había dado).

Como padre, los
días pueden ser
largos, pero los
años son cortos.

La conclusión de lo que llamamos «El año del hombre» fue una ceremonia en su decimotercer cumpleaños, en la que todos los hombres de su familia biológica, tíos y abuelos, le entregaron una carta sobre las cualidades de la masculinidad que habíamos estado estudiando, y pronunciamos una oración de bendición sobre él. Mi hija vivió algo similar con mi esposa y conmigo el año antes de cumplir dieciséis años, que culminó con un viaje especial a Nueva York y su propia ceremonia especial, similar en formato a la de su hermano, pero diseñada exclusivamente para ella.

La segunda etapa, o transición de una fase de la vida a otra, es cuando pasan de *la adolescencia a la edad adulta*. Por ejemplo, una transición natural para esta etapa es la graduación de la escuela preparatoria. Aunque la ceremonia de graduación ya es importante, queríamos añadirle valor dándoles regalos significativos, personales y bien pensados que les ayudaran a mantener una visión divina de su futuro y les recordaran a las personas que estaban allí para apoyarlos.

También hay otra transición que se produce cuando pasan de lo que yo llamaría *estudiantes a personas capacitadas*. Esto podría ser cuando se mudan de tu casa y comienzan a desarrollar su propia vida, en su propia carrera, y empiezan a asumir plenamente la responsabilidad personal de su vida. Incluso las tareas mundanas de comprar artículos para el hogar, como ropa de cama y utensilios de cocina, pueden ser un momento memorable cuando el evento está marcado por su importancia y transmite un valor.

La última etapa que vale la pena reconocer es cuando pasan de una vida *soltera a una vida compartida*, cuando asumen la responsabilidad del amor y el bienestar de otra persona en el matrimonio. Fue una alegría en la cena de ensayo de la boda de nuestro hijo que recibiera regalos de los hombres de nuestra familia que simbolizaban lo que necesitaría como marido.

Cuando reconocemos intencionadamente estas etapas de la vida con una ceremonia y creamos momentos memorables, les ayudamos a comprender que han avanzado en su vida y les transmitimos su valor y su valía.

CUATRO ELEMENTOS PARA CREAR MOMENTOS MEMORABLES

También hay cuatro elementos en toda ceremonia significativa. Lo primero y más importante es que la ceremonia debe comunicar el valor del homenajeado. ¡Una ceremonia eficaz le dice al homenajeado que es importante y que este momento es importante! Por lo tanto, se debe tener en cuenta cómo la ceremonia comunica la valía y la importancia al homenajeado.

En segundo lugar, como queremos transmitir un sentido de valor y hacer que nuestro hijo se sienta importante en este momento, los momentos memorables también utilizan *símbolos*. Al igual que en una boda se utiliza un anillo o en una graduación se entrega un diploma, una ceremonia significativa debe contar con algún símbolo que marque la ocasión. La importancia del símbolo no se atribuye al precio del objeto, sino a lo que representa para quien lo entrega y lo que transmite a quien lo recibe.

Como mencioné anteriormente, para el decimosexto cumpleaños de mi hija, la enviamos a Nueva York con su mamá para pasar un fin de semana entre chicas y hacer muchas de las cosas que le gustaban. Al llegar a casa, le tenía preparado un regalo especial: un collar de perlas que había pertenecido a su abuela materna. Este regalo le recordaría la elegancia con la que está llamada a vivir y que, independientemente de su situación en la vida, estas perlas le recuerdan que tiene valor.

Las perlas también tienen un significado simbólico. Se forman cuando un irritante, como un grano de arena, entra en el molusco. Cuando el irritante se cubre de una secreción que se acumula con el tiempo, se forma una concha que envuelve el grano de arena. La perla es un recordatorio de que algo hermoso puede surgir de algo doloroso. Además, el collar de perlas le recuerda que proviene de una larga estirpe de mujeres que eran hermosas, tanto por dentro como por fuera.

Estos símbolos también deben representar una *visión*. El momento memorable debe informar e inspirar a la persona que celebra con una visión (que describa lo que le espera), un código de conducta (para los nuevos privilegios y responsabilidades), una causa (que defina los beneficios y los costos del crecimiento del desarrollo y del sacrificio) y una bendición (que ofrezca su apoyo personal y el de su comunidad). Nuestro privilegio y responsabilidad como padres es ayudar a nuestros hijos a desarrollar una visión, un sueño, de lo que les depara cada nueva etapa y de cómo podría

ser su vida si están dispuestos a prestar atención y esforzarse para hacerlo realidad.

La última consideración es el costo de la ceremonia. Ahora bien, el costo es más que financiero; tiene que ver con el tiempo, el esfuerzo y la reflexión que has dedicado a esto, lo que lo convierte en un momento significativo en la vida de tus hijos. Cuanto más tiempo, reflexión, planificación, esfuerzo y dinero inviertas en la celebración, más memorable será. La planificación debe ser proporcional a la importancia del evento. Esto ayudará a determinar la cantidad de tiempo y energía que se debe invertir, junto con las consideraciones financieras. Las ceremonias importantes pueden ser tan simples como una sola actividad (como una fiesta) o tan detalladas como una experiencia de varios días (como un viaje especial) o un proceso intencional (la realización de una tarea o proyecto).

Las ceremonias afirman la importancia. Por eso es tan importante que hagas un plan para reconocer estos momentos clave, crear recuerdos y utilizar el poder de la ceremonia para celebrar el crecimiento y el desarrollo de tus niños a medida que pasan de una etapa a otra.

LAS TRES RESPONSABILIDADES DE UN PADRE

Las responsabilidades de ser padre van más allá de lo que puedes proporcionar económicamente o del apoyo emocional. Las investigaciones demuestran la importancia de la presencia del padre en la vida del niño. Más

allá de estar presente, un padre con propósito es intencional en el cumplimiento de sus responsabilidades. El bienestar de tu hijo depende de tu atención a estas tres dimensiones de su vida.

Las responsabilidades de ser padre van más allá de lo que puedes proporcionar económicamente o del apoyo emocional.

Proteja su pureza. Los niños crecen muy rápido. No puedes impedir que crezcan, pero puedes asegurarte de que lo hagan a un ritmo razonable. Para ello, debes pasar tiempo con ellos para poder entender en qué punto se encuentran en su desarrollo emocional, físico y sexual. **Y necesitamos cerciorarnos de que sus corazones y sus almas no se vean contaminados por ningún otro mensaje que no sea el de su valor y su dignidad.** Aunque no podemos impedir que se produzca ese proceso natural de crecimiento, es nuestro deber asegurarnos de que se produzca a un ritmo adecuado para la etapa de la vida en la que se encuentren.

Afirma su identidad. En algún momento, los niños se vuelven conscientes de sí mismos. Empiezan a compararse con los demás y eso se convierte en una amenaza para su autoestima. **Parte de nuestro trabajo como padres es no dejar que su autoestima y valor se definan ni se influyan por una imagen de lo que otros quieren que sean.** A lo largo de los años, es posible que prueben diferentes personalidades y diferentes tendencias que cambian con

**Los valores
determinan
nuestras
elecciones,
que dirigen las
decisiones de
nuestra vida y, en
última instancia,
determinan
nuestro legado.**

cada temporada o cada nuevo grupo de amigos. Pero nuestra responsabilidad es ser constantes en la forma en que los aceptamos, los reafirmamos y les recordamos su valía y su valor.

Guíalos hacia su destino. Espero que creas que tu hijo tiene una grandeza inherente. Tu papel no es extraerla de ellos, sino cultivarla en ellos. La forma más poderosa de hacerlo es enseñarles el valor del servicio. Nuestra cultura suele educar a las personas en el consumismo, según el cual satisfacer mis sentimientos, mis deseos y mis necesidades es lo que da valor a mi vida. Lo mejor que un papá puede enseñar a sus hijos es que la vida tiene más sentido cuando no se trata de uno mismo, sino de dedicarla al bien común y al bien de los que nos rodean.



1

Piensa en un momento clave de tu propia vida. ¿Qué lo hizo significativo? ¿Quiénes participaron? ¿Cómo te ha moldeado?

2

¿Cuáles son algunos momentos clave que ya has celebrado con tu hijo? ¿Fueron significativos? ¿Cómo podrían haber sido más intencionales?

3

¿Cómo podrían el reconocimiento y la celebración de los momentos clave ayudar a tu hijo a sentirse visto, valorado y preparado para la siguiente etapa de su vida?

4

¿Cómo estás **guiando a tu hijo hacia su destino?** ¿Qué oportunidades le estás brindando para ayudarlo a desarrollar un **propósito más allá de sí mismo?**

TAREA

DE PAPÁ

1

Identifica la etapa actual de la vida de tu hijo y la próxima transición importante que experimentará (por ejemplo, pasar de la infancia a la adolescencia, graduarse, irse de casa).

CAPÍTULO 07



2

Si aún no tienes una forma estructurada de celebrar las transiciones importantes de la vida, crea una (por ejemplo, un viaje especial, una cena con los mayores de la familia, una tradición de escribir cartas). Comprométete a repetir este ritual con cada uno de tus hijos cuando alcance la misma etapa.

MOMENTO

CELEBRAR

MOMENTO

CELEBRAR

MOMENTO

CELEBRAR

MOMENTO

CELEBRAR

MOMENTO

CELEBRAR

3

Elige **un momento clave que se avecine*** y escribe lo siguiente:

MOMENTO

LO QUE EL MOMENTO CLAVE REPRESENTA

CÓMO AFIRMARÁS EL CRECIMIENTO DE TU HIJO

UN SÍMBOLO O REGALO SIGNIFICATIVO PARA REFORZAR LA OCASIÓN

* Visita Dad.Academy para descargar el Planificador de momentos clave, una guía paso a paso para planificar un rito de paso.

[illegible]

HACER LA VIDA MEMORABLE



Tuve la suerte de tener una relación muy

estrecha con mi padre. Por desgracia,

esa relación terminó demasiado pronto

debido a su lucha contra el cáncer. Las

lecciones que me enseñó han moldeado

profundamente al padre, al marido y a la persona que soy hoy. Le estaré

eternamente agradecido por los valores que me inculcó: tener un fuerte

sentido de la moral, ser desinteresado y mantener una actitud positiva.

Mi papá era un hombre de principios. Tenía un sentido inquebrantable del

bien y del mal, sin términos medios. También tenía un corazón generoso,

siempre valoraba a los demás y lideraba con amabilidad. Nunca tuve duda

alguna de lo mucho que se preocupaba por mí y por quienes lo rodeaban. Al

mismo tiempo, tenía grandes expectativas. Dejó claro que una buena actitud y

el máximo esfuerzo eran innegociables. Al mirar hacia atrás, veo lo mucho que

esas expectativas me moldearon.

Como padre de cuatro hijos, uno de mis mayores retos ha sido equilibrar

mi tiempo y mis recursos entre las cosas «correctas». La vida está llena de

distracciones, y cada año parece que hay más. Para mantenerme centrado, me

Perder a mi papá cuando tenía 25 años dejó un vacío. Hubo tantos momentos en los que desearía tener a alguien a quien acudir en busca de consejo.

hago constantemente dos preguntas: 1. ¿Cómo mediré mi vida y mi éxito? 2. ¿Quién estará sentado a mi lado en mi mecedora cuando sea mayor? Tener respuestas a estas preguntas me ayuda a priorizar lo que realmente importa.

Perder a mi papá a los veinticinco años significó que no tuve una figura paterna en mi vida adulta. Eso ha sido difícil, especialmente por ser yo un padre joven. Hay tantos momentos en los que desearía tener a alguien a quien acudir en busca de consejo, alguien en quien pudiera confiar, que hubiera pasado por todo eso antes.

Dad Academy me dio la estructura y la motivación para ser más intencional en mi enfoque de la paternidad. **Es fácil soñar con el tipo de padre que quieres ser; lo difícil es llevar a cabo esa visión.** Crear mi Dad Plan (Plan de Papá) me ayudó a desarrollar un plan de acción concreto y a responsabilizarme de él. Más que nada, me recordó el increíble impacto que puedo tener en mis niños. **Dios me ha dado la bendición de ser padre y quiero aprovecharla al máximo.**

CAPÍTULO

08



The Dad Plan™

El Plan de Papá



Planificar es traer el futuro al presente para que puedas hacer algo al respecto ahora.

ALAN LAKEIN



THE DAD PLAN™ (El Plan de Papá)

Hay aproximadamente 936 semanas entre el nacimiento de tu hijo y su cumpleaños de 18 años. Sé que parece mucho. Aquí hay otro número: 52. Cincuenta y dos es el número de semanas que pasarás con tus hijos desde que cumplan 18 años hasta el final de la vida de su padre. El puente entre las dos líneas temporales es el hecho de que cuanto más intencional sea un padre, más influyente será. Tu influencia proviene de tu presencia. Tu impacto provendrá de tu propósito... ¡guiar a tu familia para siempre!

PLANIFICA TU TRABAJO Y TRABAJA TU PLAN

Los hombres se sienten más exitosos cuando saben lo que se espera de ellos y tienen un plan para lograrlo. Si un hombre va al gimnasio, tiene un plan. Si tiene un objetivo financiero, tiene un plan. El reto de ser padre es que es lo único que un hombre hace en su vida sin un plan. **Debido al ritmo de vida, los padres (en el mejor de los casos) responden a las situaciones y oportunidades en la vida de sus hijos. En el peor de los casos, somos reactivos, y nuestras decisiones están dictadas por las exigencias de nuestro tiempo y nuestros recursos (incluidos los recursos emocionales).**

¿Y si pudiéramos transformar nuestro deseo de ser un buen papá en acciones concretas? Por eso todos los hombres necesitan un DadPlan™ personalizado.



Hay un dicho popular que a menudo se atribuye a Benjamin Franklin, el padre de la gestión del tiempo: «Fracasar en planificar es planificar fracasar». Ningún hombre quiere fracasar como padre. Merecería la pena invertir tiempo en desarrollar un plan para ser un padre consciente. Planificar implica más que fijar objetivos; se trata de crear una hoja de ruta para alcanzar el éxito. Este enfoque estratégico de la crianza de los hijos ofrece cuatro poderosos beneficios para usted y su familia:

Enfoque y claridad

La labor de un padre es transmitir sus valores y habilidades a sus hijos. Establecer un plan claro ayuda a identificar las prioridades familiares y a esbozar los pasos necesarios para lograr los resultados deseados, minimizando las distracciones y manteniendo el enfoque en lo que realmente importa.

Mejora en la toma de decisiones

Al anticipar posibles situaciones relacionadas con la crianza de los hijos

y formular estrategias por adelantado, un plan bien estructurado mejora la toma de decisiones cuando surgen desafíos. Este enfoque proactivo es particularmente eficaz para guiar el desarrollo de los hijos en consonancia con los valores familiares. Este enfoque permite a los padres identificar cuidadosamente cuándo elogiar y alabar a sus hijos, así como cuándo confrontarlos y ofrecerles orientación constructiva.

Intencionalidad y eficacia

A medida que los hijos avanzan por las distintas etapas de desarrollo, la crianza intencional de los hijos se vuelve crucial.

Prepararlos para la vida requiere dividir las tareas importantes

en pasos manejables y factibles. Este enfoque hace que resulte menos abrumador, pero también aumenta la eficacia general a la hora de preparar a los hijos para los momentos clave futuros.

**«Fracasar en planificar
es planificar fracasar».
- Benjamin Franklin**

Motivación y responsabilidad

La implementación de un plan tangible que se integre en su agenda fomenta la sensación de logro y proporciona motivación para cumplirlo. Asegúrese de incluir en su planificación eventos familiares especiales, tiempo individual con cada hijo y vacaciones familiares para crear recuerdos duraderos y fortalecer los lazos.

Si trabajas con diligencia en tu DadPlan™, podrás aprovechar los momentos que dejan un impacto positivo duradero en tu familia.

CÓMO EMPEZAR

Para empezar, necesitarás una libreta y tu calendario. A continuación, vamos a trabajar en esto paso a paso...

PASO 1: CRIANZA DE LOS HIJOS BASADA EN VALORES

Si la misión de un padre es transmitir sus valores a sus hijos, primero debe definir esos valores. El primer paso para crear tu DadPlan™ es averiguar quién eres en esencia. En concreto, *necesitas saber tus valores*. Como se describe en el capítulo 1, tus valores son las creencias internas que tienes y que dan forma a tu toma de decisiones. Todos tenemos valores. Pero rara vez los expresamos de forma explícita. Nombrarlos nos ayuda a comprendernos a nosotros mismos. Y nos ayuda a tomar decisiones de forma más intencionada, viviendo en consonancia con lo que aspiramos a ser.

En un papel (o en un programa informático), haz una lista de algunos de los valores que consideras importantes. A continuación, enumera algunos de los papeles y relaciones de tu vida. ¿Cómo ves que se viven esos valores en las distintas áreas de tu vida? Esto nos ayuda a llegar al «porqué». Los valores que comparten más puntos de conexión con las distintas partes de tu vida constituirán tus valores fundamentales. Intenta que la lista contenga entre 3 y 10 palabras o frases que describan mejor cuáles son tus valores.

Una vez definidos tus valores, tendrás que convertirlos en elecciones de vida.

Por ejemplo, si el crecimiento espiritual y la comunidad son valores para tu familia, deben moldear tu comportamiento y guiar tus decisiones. ¿Qué sucede cuando el horario deportivo o el del club de tu hijo entra en conflicto con los horarios de servicio

de tu iglesia? El evento que se convierta en prioridad reflejará verdaderamente tus valores reales. Y sin que se describa, nuestros niños discernirán qué es más importante según el evento que reciba la prioridad continua para nuestra participación.

Nuestras decisiones cotidianas enseñan a nuestros niños los

valores familiares. Toma tu lista de valores y ve si realmente pasan la prueba de prioridad. Si sus decisiones no se alinean con sus valores, entonces debes adaptar tus valores para que reflejen con precisión tus decisiones, o ajustar los compromisos de tu familia a elecciones basadas en valores.

**Un enfoque
intencional y basado
en valores para
educar a sus hijos les
ayudará a convertirse
en la mejor versión de
sí mismos.**

Los valores también son la guía para educar o disciplinar a nuestros hijos (véase el capítulo 4). Ser padre incluye la difícil tarea de corregir. Pero ¿qué determina el comportamiento que hay que afrontar y corregir? Sí, tus valores. Tus valores también sirven como una poderosa herramienta para moldear el carácter de tu hijo cuando ve que está haciendo las cosas bien.

**Cuanto más
intencional sea
un padre, más
influyente será.**

Elogiar el comportamiento que desea que se repita es una forma estupenda de reforzar sus valores. Tómate un tiempo para hacer una lista de los comportamientos que vas a elogiar y de los que vas a corregir en tus hijos. Un enfoque intencional y basado en valores para educar a sus hijos les ayudará a convertirse en la mejor versión de sí mismos.

PASO 2: PREPARA A TUS HIJOS PARA LA VIDA

Todo lo que sabes hacer, debes transmitirlo a tus hijos. Y todo lo que no sepas hacer, probablemente conozcas a alguien que sí sepa hacerlo.

Hay habilidades «duras» que transmitir (inteligencia experiencial): habilidades manuales como el uso de herramientas y la reparación de objetos, habilidades domésticas como cocinar y limpiar, y habilidades prácticas como la elaboración de presupuestos y calendarios. También hay habilidades «blandas» (inteligencia emocional) que enseñar: como la comunicación, el trabajo en equipo, la responsabilidad personal y la resolución de problemas. Por ejemplo, cuando nuestros hijos son pequeños, les enseñamos habilidades relacionales como decir «por favor» y «gracias». Les enseñamos a mirar a los ojos a las personas cuando les hablan y a no interrumpir. También les enseñamos habilidades para la vida cotidiana, como atarse los zapatos o hacer la cama. Este tipo de formación continúa durante toda su infancia y adolescencia.

Es importante que los papás no den por sentado que estas habilidades se aprendan por sí solas a medida que sus hijos avancen en la vida. Más bien,

podemos crear oportunidades intencionadas para ayudar a nuestros niños a adquirir estas habilidades en la edad o etapa adecuadas. Debes tener un plan para este tipo de formación intencionada.

Cory, el padre que aparece en el capítulo 5, no estaba seguro de qué habilidades había que transmitir ni cómo hacerlo. Así que le preguntó a su hijo de ocho años: «¿Hay algo que te gustaría saber hacer?». La respuesta del niño fue: «¡Me gustaría tener una cuenta bancaria!». Esto le dio al papá una pista sobre por dónde correr. Juntos hicieron un plan para que el niño ganara algo de dinero.

Una vez que ahorraron el mínimo necesario para abrir una cuenta, él le enseñó algunos conceptos básicos de presupuestos: guarda esta cantidad para tus deseos y necesidades, reserva esta otra para dar a los demás y ahorra el resto para el futuro. Juntos fueron a abrir una cuenta de ahorros, ¡y tanto el hijo como el padre quedaron muy satisfechos con este logro!

Si bien la responsabilidad principal del crecimiento y desarrollo de nuestros hijos recae sobre nosotros, entendemos que hay otras personas –familiares, entrenadores, maestros, mentores– que forman parte de este proceso. Como se suele decir, «se necesita un pueblo para criar a un niño». Lo importante es que establezcas una relación con estas otras personas importantes en la vida de tu hijo. Vale la pena dedicar tiempo a identificar a las personas que ya están invirtiendo en la vida de tus hijos. También vale la pena considerar quiénes de tu círculo de relaciones podrían tener una buena influencia en tus hijos. Anota

esos nombres y procura crear oportunidades para involucrarlos en la vida de tu familia.

PASO 3: CREA TU CULTURA FAMILIAR

Los rituales (hábitos con un propósito) y las tradiciones (eventos con un propósito) son el pegamento de su familia. Reflejan sus valores y crean una sensación de seguridad e identidad en nuestra familia. Vuelva atrás y eche un vistazo de nuevo al capítulo 6.

Ahora, comencemos a identificar momentos en nuestras rutinas diarias y en los ritmos de vida semanales para crear conexiones con nuestros hijos. Cuando tenemos niños pequeños, la hora del baño y la hora de acostarse son momentos especiales para que papá dé prioridad a la conexión con sus hijos. A medida que crecen, las cenas familiares semanales y las noches de juegos crean oportunidades para la risa y la conversación. Tal vez pongas mensajitos en las bolsas del almuerzo o a lo mejor tengas una “alcancía de gratitud”.³³ Tal vez tengas un lema familiar o una oración que se repita todos los días. Estas no son ideas nuevas.

La realidad es que este tipo de momentos de interacción se sacrifican cuando no se programan ni se priorizan. Este tipo de rituales son anclas predecibles en la vida, en los que nuestros hijos pueden confiar y que les hacen sentir seguros y protegidos. Con el tiempo, reafirman la prioridad que el padre da a su familia

³³ Cada vez que te sientas especialmente agradecido de algo durante el año, escríbelo en un papel y deposítalo en la alcancía de la gratitud familiar. Luego, al final del año, dedica un tiempo a leer y reflexionar sobre todas las cosas maravillosas por las que te has sentido agradecido durante el año.

y crean confianza y fiabilidad. ¿Qué cosas puedes asegurarte de que formen parte de tu rutina diaria y semanal? Anótalas en tu plan.

Una de las herramientas más poderosas en nuestra caja de herramientas para la crianza de los hijos es las tradiciones familiares. **Las tradiciones sirven como catálogo de recuerdos para una familia.** Algunas son tan sencillas como los platos del menú de Acción de Gracias o cuándo se abrirán los regalos de Navidad (¿en Nochebuena o en la mañana de Navidad?). Todas las celebraciones familiares (fiestas, cumpleaños, aniversarios, graduaciones y otras ceremonias de logros) deben reflejar los valores de tu familia y comunicar el valor individual de cada miembro de la familia.

Aunque no se puede detener el tiempo, se le puede dar sentido a su paso.

Hay muchos tipos de tradiciones: la cena familiar semanal, las recetas familiares que se transmiten de generación en generación, las «citas» entre padres e hijos, los proyectos de servicio comunitario, las vacaciones anuales... Todas ellas forman una memoria colectiva que da forma a nuestra identidad. Esto nos lleva al paso 4...

PASO 4: COMPROMÉTETE CON EL CALENDARIO

¿Recuerdas la cita al principio del capítulo? «Planificar es traer el futuro al presente para que puedas hacer algo al respecto ahora». La única manera de

garantizar que estas ideas se conviertan en acciones es comprometerlas con tu calendario. ¿Cómo vas a aprovechar al máximo los próximos eventos que ya están en tu calendario, como cumpleaños, aniversarios, graduaciones, etc.? Luego, pasa al siguiente nivel programando tiempo con tus niños cada semana o cada mes.

Además, ningún DadPlan™ está completo sin dedicar tiempo y recursos a unas vacaciones. Como comentamos en el capítulo 6, es importante «desconectar», alejarse de la rutina diaria y recalibrar. Recuerda que las vacaciones deben crear tiempo para conectar, no para llenar el tiempo con actividades. No lo pospongas, sea grande o pequeño. Anota estas cosas en tu calendario y comprométete a asegurarte de que se cumplan.

PASO 5: TENGA UNA VISIÓN DEL FUTURO

Muchos padres que han criado a sus hijos animan a los padres jóvenes a aprovechar al máximo el tiempo que pasan con ellos porque «en un abrir y cerrar de ojos, crecen de la noche a la mañana. Te preguntas dónde se ha ido el tiempo». Aunque no se puede detener el tiempo, se le puede dar sentido a su paso. Sea cual sea la etapa de la vida en la que se encuentren tus niños ahora mismo, hay una nueva que se acerca rápidamente. Por eso es tan importante planificar momentos memorables. Se trata de ceremonias especiales que te ayudarán a ti y a tus hijos a entrar en nuevas etapas de la vida con la confianza y la afirmación que necesitan para saber que están avanzando en la vida. Mira hacia adelante unos meses, incluso años, y empieza a planificar estos eventos especiales y significativos.

**El mayor legado
de un hombre
puede que no
sea lo que ha
logrado, sino a
quién ha criado.**

DEDICA SU PLAN

Ahora que has dado estos pasos prácticos, es importante que invites a tu pareja de crianza de los hijos o a tu cónyuge a compartir este viaje contigo. Algunos hombres han programado una cita nocturna con su cónyuge y han compartido su DadPlan™ con ella. Sus esposas expresaron que nunca habían estado más orgullosas de sus maridos. Hay pocas cosas que brinden a nuestras cónyuges una mayor sensación de seguridad que ver que, como esposos y padres, tenemos claro lo qué es realmente importante en la vida.

También creo que hay otro paso importante. ¿Puedo sugerirte que dediques este plan a Dios? Es importante que entendamos que no le estamos pidiendo a Dios que sea nuestro socio. De hecho, creo sinceramente que el plan que has desarrollado consiste en ponerte de acuerdo con Dios sobre Sus sueños y Sus deseos para las vidas que Él te ha confiado.

EL LEGADO DE UN HOMBRE

Creo que el mayor legado de un hombre puede que no sea lo que ha logrado, sino a quién ha criado. Creo que, por ser padre, eres un hombre importante, con una influencia que trasciende tu comprensión, simplemente por ser un padre cariñoso y consciente. Oro para que, al dedicar tu vida a esta importante responsabilidad, experimentes la alegría de formar a tu familia y cambiar el mundo para bien.



1

¿En qué áreas de la vida creas planes de forma natural (aptitud física, carrera profesional, finanzas, etc.)?

2

¿Cómo sería un «DadPlan™» para ti? ¿Qué áreas clave incluirías?

3

Piensa en un reto reciente de la crianza de los hijos: ¿cómo te habría ayudado tener un plan para afrontarlo mejor?

4

¿Cuáles son algunas situaciones potenciales de la crianza de los hijos que podrías planificar con anticipación?

5

¿Cómo quieres que tus hijos recuerden su infancia contigo?



Crear Tu **DAD PLAN™**

Paso 1

Crianza de los hijos basada en valores

1

Enumera tus valores

Reduce tu lista a 3-6 valores fundamentales que definan quién eres.

2

Evalúa tus prioridades

Observa tu agenda semanal. ¿Tus compromisos reflejan tus valores? Identifica un cambio que debas realizar para alinear mejor tus acciones con tus valores.

3

Define las prioridades familiares

Identifica cómo estos valores guiarán las decisiones de tu familia respecto al tiempo, las actividades y los compromisos.

4

Forma a tus hijos a través de tus valores

Escribe de 3 a 4 comportamientos en tus hijos que desees elogiar porque reflejan tus valores y 3 a 4 comportamientos que deban observarse para corregirlos y ajustarlos a los valores familiares.

Haz un plan para reforzar estos comportamientos utilizando tus valores como base para la disciplina.

Paso 2

Prepara a tus hijos para la vida

1

Pregúntale a tu hijo

Ten una conversación con tu hijo y pregúntale: «¿Qué es algo que te gustaría aprender a hacer?». Escribe su respuesta y haz un plan para enseñarle.

2**Enumera habilidades para la vida**

Escribe un par de habilidades «duras» (experienciales) y «blandas» (relacionales) que quieras enseñarle a tu hijo y que sean adecuadas para su edad y etapa actual.

HABILIDADES BLANDAS**HABILIDADES DURAS**

3**Crea un plan de enseñanza**

Elige una habilidad de tu lista y divídela en tres pasos sencillos.

Reserva tiempo para enseñársela a tu hijo.

4**Identifica a ayudantes**

Escribe los nombres de tres personas en tu vida que tengan habilidades valiosas o una influencia positiva. Planea una forma de involucrarlos en el aprendizaje de tu hijo.

1.

2.

3.

5**Construye oportunidades de aprendizaje**

Identifica una forma de crear un momento de aprendizaje intencional para cada hijo un par de veces al año, ya sea un proyecto práctico, una conversación o una experiencia con un mentor.

1.

2.

3.

4.

Pase 3

Crea tu cultura familiar

1

Identifica rituales diarios y semanales

Haz una lista de tres hábitos diarios o semanales que puedas comenzar para crear conexión (por ejemplo, cuentos antes de dormir, charlas matutinas o cenas familiares).

1.

2.

3.

2

Define las tradiciones familiares

Escribe al menos tres tradiciones que tu familia ya practica (por ejemplo, costumbres navideñas, celebraciones de cumpleaños o actividades estacionales). Identifica las actividades y las relaciones que dan significado a estas tradiciones.

1.

2.

3.

Involucra a tu familia

[illegible]

Paso 4

Comprométete con el calendario

1

Revisa tu calendario

Procura los próximos eventos familiares (cumpleaños, aniversarios, graduaciones, etc.). Anota una forma en la que puedas hacer que cada evento sea significativo.

EVENTO

EVENTO

EVENTO

2

Programa tiempo a solas

Elige un día específico del mes para pasar tiempo a solas con cada hijo. Añádalo a tu calendario.

FECHA

3

Planifica unas vacaciones

Fija una fecha, aunque sea una simple escapada de fin de semana o una excursión de un día. Anótalo ahora en tu calendario. Añade una partida para las vacaciones a tu presupuesto familiar.

FECHA	LUGAR	PRESUPUESTO

4

Priorizar la conexión sobre la actividad

Cuando planifiques el tiempo en familia, céntrate en experiencias que fomenten la conversación y los lazos afectivos, en lugar de solo agendas ocupadas.

5

Establece un recordatorio

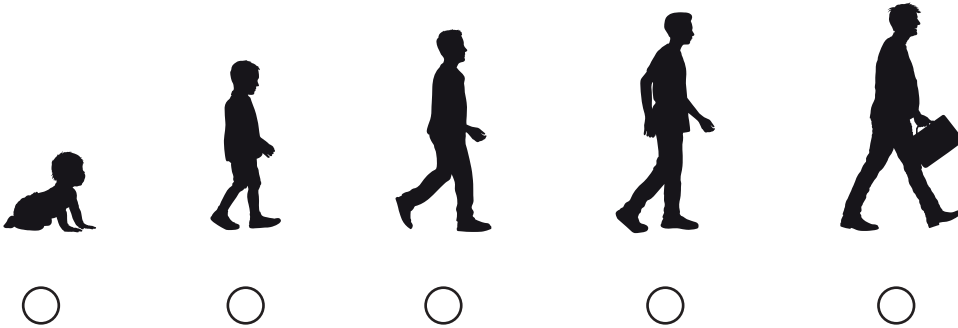
Utiliza tu teléfono o agenda para establecer un recordatorio de los compromisos familiares, de modo que no se pierdan en el ajetreo de la vida.

Paso 5

Ten una visión para el futuro

1**Reflexiona sobre la etapa actual de tu hijo**

Escribe en qué etapa de la vida se encuentra tu hijo ahora y cuál será la siguiente.

**2****Identifica los momentos clave**

Haz una lista de las próximas transiciones de la vida (empezar la escuela, convertirse en adolescente, graduarse, empezar el primer trabajo, etc.).

3

Planifica una ceremonia significativa

Elige una forma de marcar cada momento clave con un evento especial, una tradición o una afirmación. Anótalo en tu calendario.

4

Crea una visión a largo plazo

Piensa en el futuro, en 1, 5 o 10 años. ¿Qué tipo de relación quieres tener con tu hijo? ¿En qué tipo de persona esperas que se conviertan? Anota algunos pasos intencionados para ayudarles a llegar allí.

5

Captura los momentos

Documenta estos acontecimientos clave de forma intencional mediante fotos, diarios o cartas a tu hijo.



Para mí, la paternidad siempre ha tenido que ver con la resiliencia, la responsabilidad y la presencia. **Mi padre biológico se marchó cuando yo tenía tres años, dejando a mi mamá sola para criar**

a tres hijos mientras trabajaba como secretaria. No teníamos mucho, pero ella se aseguraba de que nunca sintiéramos que nos faltaba nada, especialmente en los cumpleaños y en Navidad. Tenía una forma de hacer que las cosas fueran especiales, sin importar lo ajustado que estuviera el presupuesto.

Sin un padre en casa, mi hermano mayor y mi futuro cuñado ocuparon su lugar. Me enseñaron disciplina, trabajo duro e integridad, a veces sin siquiera darse cuenta. ¿Y la iglesia? Eso no era opcional. Era una parte fundamental de nuestras vidas, que moldeó mis valores y me dio un sentido de dirección. Mirando atrás, ahora me doy cuenta de que la paternidad no es solo una cuestión biológica, sino que tiene que ver con la presencia, el sacrificio y el ejemplo.

Uno de los mayores retos a los que me he enfrentado como padre es aprender que cada uno de mis hijos requiere un tipo de crianza de los hijos diferente. Aunque crecieron en el mismo hogar, bajo las mismas reglas y con los mismos valores, sus personalidades y necesidades emocionales no podrían

Mirando atrás, ahora me doy cuenta de que la paternidad no es solo una cuestión biológica, sino que tiene que ver con la presencia, el sacrificio y el ejemplo.

ser más diferentes. El mayor es muy independiente y se recupera rápidamente de los conflictos, mientras que el menor es más sensible y necesita tiempo para procesar las cosas.

Al principio, cometí el error de intentar criarlos de la misma manera. Pensaba que, con ser justo y coherente, sería suficiente. Pero no fue así. Tuve que aprender a ajustar mi enfoque y a aceptarlos tal y como eran, en lugar de como esperaba que fueran. ¿Y sinceramente? Todavía estoy trabajando en ello, salvo que ahora ambos están casados y tienen sus propias familias. Tengo la sensación de que esta lección me acompañará en mi papel de «Pops».

Participar en el taller de Dad Academy fue una experiencia increíble, no solo para mí, sino también para mis dos yernos, quienes lo hicieron conmigo. He dicho muchas veces que estos dos jóvenes están más preparados para el matrimonio y la paternidad de lo que yo lo estaba, quizá incluso más de lo que estoy ahora. Si mi esposa y yo hubiéramos tenido la oportunidad de diseñar a los maridos perfectos para nuestras hijas, no lo habríamos hecho mejor.

Lo mejor de Dad Academy, en esta etapa de mi vida, fue verlos crecer a través de ella. Ver cómo evolucionaban sus perspectivas y se consolidaba su compromiso de ser grandes maridos y padres me dio una profunda sensación de paz. **Sé que nuestra familia está en buenas manos, o más bien, en las manos de Dios, para las generaciones venideras.**

Agradecimientos

A menudo se dice que se necesita un pueblo para criar a un niño. En mi caso, se necesitó un pueblo para publicar un libro. Quiero dedicar un momento a dar las gracias a algunas personas muy especiales que me ayudaron a hacer realidad este sueño.

Este libro ha sido financiado colectivamente por una increíble comunidad de seguidores. Estoy profundamente agradecido a quienes contribuyeron: Ken y JoAnn Lickel, Roger y Sally Biehn, Tim y Kari Carlson, Doug y Atousa Johnson, Clemente y Vanessa Bonilla, John y Liz Vallejo, Breaking the Cycle Foundation, Tim y Diane Andrews, Sean y Stephanie McDowell, Randy y Sandy Remington, Fritz y Darcy Maskrey, Luc y Ashleigh Ceci, John y CJ Rapp, David y Beth DeCubellis, Nick y Lisa Gordon, y cuatro mujeres muy especiales que creen profundamente en la misión de equipar a los papás: Vickie Davenport, Laura Massey, Roxie McIntosh y Ashley Schiermeyer.

Gracias también al consejo asesor de Dad Academy: Ken Lickel, Fritz Maskrey y Mike Ogburn, y a los asesores de contenido, Rick Steinberg y Kelly Fellows y Eyal Aronoff. Más de mil hombres han participado en el taller de Dad Academy.

Estoy especialmente agradecido a los diez hombres que han compartido sus historias personales sobre la paternidad en este libro: Kamehameha Wong,

Nick Gordon, Brad Hamilton (mi hermano), Sean Hood (mi sobrino), Fritz Maskrey, Cory Liebrum, Tim Vercellono (mi cuñado), Chris Childress, Gordy Stead y Darren Cruzan. Su honestidad y valentía son inspiradoras.

Muchísimas gracias a Bryce Reyes, de Bryce Reyes Design, por aportar su genio creativo al diseño y la presentación del libro, y por compartir su pasión por los padres. Steve Norman (inglés) y Juan M. Vallejo (español) fueron los editores perfectos para mí, ya que aportaron su experiencia literaria y pastoral al proyecto. A Juan Polanco y Vanessa Bonilla, por su ayuda con el repaso gramatical del español, y a Annette Allen, de Annette Allen Studio, por la conversión digital al español. También estoy agradecido a Karen Campbell, de Karen Campbell Media, una increíble socia que cree en la misión de Dad Academy. Un agradecimiento especial a Bob Hunt y a Foursquare Mission Press, que se han asociado para la impresión y la distribución iniciales de este libro.

Tengo la suerte de estar rodeado en mi vida de grandes hombres que también son grandes padres: mi hermano Brad Hamilton y mis cuñados Tim Vercellono y Saul Osuna. Gracias por criar a unos niños maravillosos que se han convertido en adultos increíbles. Los amo, los respeto y los honro.

Por encima de todo, doy las gracias a mi propia familia: mi esposa, Jayme; mi hijo, Justin (y mi nuera, Savannah) y mi hija, Jordanne. Juntos vivimos esto, a menudo de forma imperfecta, pero siempre con la intención de honrar a Dios en nuestra familia y amarnos incondicionalmente. Las palabras no bastan para expresar mi gratitud hacia ustedes y por ustedes. Los amo... Estoy orgulloso de ustedes.



Estos son los mandamientos, decretos y leyes que EL SEÑOR tu Dios me ordenó enseñarte para que los observes en la tierra que vas a poseer al cruzar el Jordán, ² para que tú, tus hijos y los hijos de tus hijos teman al SEÑOR tu Dios mientras vivan, guardando todos sus decretos y mandamientos que yo te doy, y para que disfrutes de una larga vida...

⁵ Ama al SEÑOR tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas. ⁶ Estos mandamientos que te doy hoy deben estar en tu corazón. ⁷ Inculca estos mandamientos a tus hijos. Háblales de ellos cuando estés en tu casa y cuando vayas por el camino, cuando te acuestes y cuando te levantes.

Deuteronomio 6:1-2, 5-7 (NVI)

