

DESEO DE HIJOS O DESEO DE FAMILIA

El hombre entre el deseo de ser padre y
el proyecto de formar una familia

490 págs.

Todos los derechos reservados. No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, por ningún medio, ya sea informático, electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, o cualquier otro, así como su préstamo, alquiler o cualquier otra forma de cesión de uso, sin previa autorización por escrito de los titulares de los derechos de propiedad intelectual.

Esta obra se ha elaborado con fines didácticos, por lo que el editor, autor, o cualquier persona relacionada con la misma se exoneran de toda responsabilidad resultante de las actuaciones de cualquier clase realizadas en base a esta obra, así como de cualquier error u omisión que pudiese contener.

Copyright © masmasculino.com

Índice

Introducción	13
PARTE PRIMERA	28
DESEAR HIJOS, SER PADRE Y FORMAR UNA FAMILIA	28
Capítulo 1. Deseo de hijos o deseo de familia: la pregunta central	28
1.1. Tres deseos que pueden confundirse	28
a. Deseo de descendencia	28
b. Deseo de paternidad	29
c. Deseo de formar una familia	31
1.2. Querer tener hijos no significa necesariamente querer ser padre	32
a. El hijo imaginado	32
b. La realidad cotidiana de la crianza	33
c. De la reproducción a la responsabilidad	35
1.3. Querer ser padre no significa necesariamente querer construir una familia	36
a. Paternidad y pareja	36
b. Paternidad y convivencia	37
c. Paternidad y compromiso familiar	38
1.4. El hombre que quiere hijos pero no familia	39
a. Motivaciones posibles	39
b. Contradicciones internas	40
c. Consecuencias de separar hijo y proyecto familiar	41
1.5. El hijo como persona y no como satisfacción de un deseo adulto	42
a. El deseo de los padres	42
b. Las necesidades del hijo	43
c. Responsabilidad respecto de quien va a nacer	44
1.6. La pregunta que debe preceder a la decisión	46
a. ¿Quiero tener un hijo?	46
b. ¿Quiero realmente ser padre?	47
c. ¿Quiero construir y sostener una familia?	48
Capítulo 2. Psicología del deseo masculino de tener hijos	51
2.1. ¿De dónde nace el deseo de descendencia?	51
a. Instinto reproductivo	51
b. Influencia cultural	54
c. Historia personal	57
2.2. El hijo como continuidad	59
a. Continuidad genética	59
b. Continuidad del apellido y de la historia familiar	61
c. Continuidad de valores y memoria	62
2.3. Paternidad y trascendencia	64
a. Permanecer más allá de uno mismo	64
b. Legado	66
c. Sentido de continuidad generacional	67
2.4. El hijo imaginado	68
a. Fantasías sobre la futura paternidad	68
b. Proyección de deseos personales	70
c. Idealización	71
2.5. Deseo consciente y motivaciones menos conscientes	72
a. Presión familiar	72
b. Comparación con otros hombres	73
c. Necesidad de reconocimiento o pertenencia	74

2.6. Diferentes posiciones masculinas ante la paternidad	75
a. Hombre que siempre quiso ser padre	75
b. Hombre ambivalente	76
c. Hombre que descubre tardíamente el deseo de hijos	78
Capítulo 3. De reproducirse a ser padre: el salto psicológico fundamental	82
3.1. Reproducción y paternidad no son equivalentes	82
a. Engendrar	82
b. Reconocer	84
c. Cuidar	87
3.2. La irreversibilidad de la paternidad	89
a. Una decisión para toda la vida	89
b. Responsabilidad más allá de la relación de pareja	91
c. El hijo como vínculo permanente	93
3.3. Del deseo propio a las necesidades del hijo	95
a. Descentrarse de uno mismo	95
b. Priorizar	96
c. Renunciar	98
3.4. Paternidad y responsabilidad	100
a. Presencia	100
b. Protección	101
c. Sostenimiento	103
3.5. Paternidad y transformación personal	105
a. Cambios en las prioridades	105
b. Cambios en el uso del tiempo	106
c. Cambios en la identidad	108
3.6. La pregunta ética de la paternidad	110
a. No sólo "¿quiero tener hijos?"	110
b. "¿Qué puedo ofrecerle?"	111
c. "¿Estoy dispuesto a permanecer?"	113
Capítulo 4. La familia como proyecto vital y no sólo como estructura de convivencia	117
4.1. ¿Qué significa formar una familia?	117
a. Pareja	117
b. Hijos	119
c. Proyecto común	121
4.2. La familia como comunidad de vínculos	123
a. Pertenencia	123
b. Reciprocidad	125
c. Responsabilidad	127
4.3. El modelo familiar de referencia de esta obra	128
a. Padre	128
b. Madre	130
c. Hijos	131
4.4. Padre y madre dentro del proyecto familiar	133
a. Complementariedad	133
b. Corresponsabilidad	134
c. Presencia estable	135
4.5. La familia desde la perspectiva del hijo	136
a. Seguridad	136
b. Continuidad	137
c. Pertenencia	138
4.6. Formar una familia como compromiso	139
a. Compromiso con la pareja	139
b. Compromiso con los hijos	140

c. Compromiso con el futuro	141
PARTE SEGUNDA	144
ELEGIR PAREJA PARA CONSTRUIR UNA FAMILIA	144
Capítulo 5. Del enamoramiento al proyecto familiar	144
5.1. Pareja sentimental y pareja para formar una familia	144
a. Atracción	144
b. Compatibilidad	146
c. Proyecto común	147
5.2. La diferencia entre enamorarse y poder construir juntos	148
a. Intensidad emocional	148
b. Estabilidad	149
c. Capacidad de cooperación	150
5.3. Valores fundamentales	152
a. Fidelidad	152
b. Responsabilidad	153
c. Compromiso	154
5.4. Coincidencia respecto a los hijos	155
a. Tenerlos o no tenerlos	155
b. Cuántos	156
c. Cuándo	157
5.5. Coincidencia sobre el modelo de familia	158
a. Roles	158
b. Crianza	159
c. Organización de la vida cotidiana	160
5.6. La elección de la futura madre de los hijos	161
a. Compatibilidad afectiva	161
b. Compatibilidad familiar	162
c. Capacidad de construir un proyecto duradero	162
Capítulo 6. El compromiso masculino y el miedo a perder libertad	165
6.1. El conflicto entre libertad y compromiso	165
a. Autonomía	165
b. Exclusividad	167
c. Permanencia	168
6.2. El coste psicológico de elegir	170
a. Renunciar a otras posibilidades	170
b. Aceptar límites	171
c. Asumir responsabilidades	172
6.3. Hombres que quieren hijos pero evitan el compromiso de pareja	173
a. Deseo de descendencia	173
b. Resistencia a la convivencia	174
c. Contradicción entre deseo y conducta	176
6.4. El mito de poder conservarlo todo	177
a. Libertad absoluta	177
b. Paternidad	178
c. Familia estable	179
6.5. Madurez y capacidad de compromiso	180
a. Elegir	180
b. Permanecer	180
c. Responder por las propias decisiones	181
6.6. La libertad adulta	182
a. Libertad para elegir	182
b. Libertad para comprometerse	183
c. Libertad para mantenerse fiel a una elección	184

Capítulo 7. Hombre y mujer ante el deseo de hijos y de familia	185
7.1. Coincidencias y diferencias posibles	185
a. Deseo de descendencia	185
b. Deseo de paternidad o maternidad	186
c. Deseo de familia	188
7.2. La mujer que quiere hijos únicamente dentro de una familia	189
a. Importancia de la pareja	189
b. Importancia de la figura paterna	190
c. Renuncia a la maternidad cuando no existe el proyecto familiar deseado	191
7.3. El hombre que separa descendencia y familia	192
a. Deseo biológico	192
b. Deseo de continuidad	193
c. Familia como cuestión posterior	194
7.4. Diferencias en la percepción de las consecuencias	195
a. Embarazo y maternidad	195
b. Crianza	196
c. Riesgo de quedar a cargo de los hijos	197
7.5. El factor económico en la decisión femenina	197
a. Dependencia económica	197
b. Riesgo después de una separación	198
c. Incumplimiento de responsabilidades económicas por el otro progenitor	199
7.6. Evitar explicaciones simplistas	200
a. Diferencias medias y diferencias individuales	200
b. Biología, educación y cultura	201
c. Historia personal y valores	202
Capítulo 8. La conversación decisiva antes de tener hijos	204
8.1. ¿Queremos realmente tener hijos?	204
a. Deseo propio	204
b. Presión social	206
c. Expectativas familiares	208
8.2. ¿Queremos formar la misma clase de familia?	210
a. Matrimonio o convivencia	210
b. Compromiso	211
c. Estabilidad	212
8.3. ¿Cuántos hijos queremos?	213
a. Deseo inicial	213
b. Límites personales	214
c. Posibilidad de revisar la decisión	215
8.4. ¿Cómo queremos educarlos?	216
a. Valores	216
b. Disciplina	217
c. Educación	218
8.5. ¿Cómo vamos a repartir las responsabilidades?	219
a. Crianza	219
b. Trabajo doméstico	220
c. Trabajo profesional	221
8.6. ¿Qué compromiso asumimos incluso si la pareja se rompe?	222
a. Presencia paterna y materna	222
b. Responsabilidad económica	223
c. Continuidad del vínculo con los hijos	223
PARTE TERCERA	226
TENER UN HIJO ES UN COMPROMISO PARA TODA LA VIDA	226
Capítulo 9. Qué necesita realmente un hijo de sus padres	226

9.1. Presencia	226
a. Tiempo	226
b. Atención	228
c. Disponibilidad	230
9.2. Seguridad afectiva	231
a. Estabilidad	231
b. Confianza	232
c. Continuidad	233
9.3. Cuidado	234
a. Necesidades materiales	234
b. Necesidades emocionales	235
c. Necesidades educativas	236
9.4. Límites	237
a. Normas	237
b. Autoridad	238
c. Aprendizaje de responsabilidad	239
9.5. Ejemplo	240
a. Coherencia	240
b. Conducta	240
c. Valores vividos	241
9.6. Permanencia	242
a. Infancia	242
b. Adolescencia	243
c. Edad adulta	243
Capítulo 10. El tiempo: el recurso que más fácilmente se olvida al decidir tener hijos	247
10.1. Los hijos necesitan tiempo	247
a. Cuidado directo	247
b. Conversación	249
c. Vida compartida	252
10.2. Trabajo y familia	253
a. Jornadas laborales	253
b. Desplazamientos	255
c. Disponibilidad real	256
10.3. Tiempo individual para cada hijo	258
a. Atención personalizada	258
b. Conocimiento del hijo	259
c. Acompañamiento	260
10.4. Tiempo de pareja	261
a. Protección del vínculo	261
b. Comunicación	262
c. Intimidad	263
10.5. Tiempo propio de los padres	264
a. Descanso	264
b. Vida personal	265
c. Prevención del agotamiento	266
10.6. Evaluación realista	267
a. Horas disponibles	267
b. Organización familiar	268
c. Diferencia entre querer atender y poder atender	269
Capítulo 11. El coste económico de tener hijos	271
11.1. La dimensión económica de la paternidad	271
a. Responsabilidad	271
b. Previsión	272

c. Seguridad	274
11.2. Gastos básicos	275
a. Alimentación	275
b. Ropa	276
c. Vivienda	277
11.3. Educación y formación	277
a. Colegio	277
b. Actividades	278
c. Estudios superiores	279
11.4. Salud, ocio y desarrollo	281
a. Atención sanitaria	281
b. Deporte y cultura	282
c. Vacaciones y experiencias familiares	282
11.5. Costes indirectos	283
a. Reducción de jornada	283
b. Oportunidades profesionales	284
c. Necesidad de una vivienda mayor	285
11.6. Tener hijos sin convertir la economía en el único criterio	286
a. Prudencia	286
b. Prioridades	287
c. Diferencia entre suficiencia y abundancia	288
Capítulo 12. ¿Cuántos hijos podemos y queremos tener?	291
12.1. Deseo y capacidad no son lo mismo	291
a. Número ideal	291
b. Número posible	293
c. Número responsable	295
12.2. Capacidad económica	297
a. Ingresos	297
b. Gastos	298
c. Margen para imprevistos	300
12.3. Capacidad de tiempo	301
a. Atención individual	301
b. Vida profesional	302
c. Organización familiar	303
12.4. Capacidad emocional	304
a. Paciencia	304
b. Energía	305
c. Disponibilidad psicológica	306
12.5. Condiciones de la pareja	307
a. Acuerdo	307
b. Salud de la relación	308
c. Reparto de responsabilidades	309
12.6. Una decisión que puede revisarse hijo a hijo	310
a. Experiencia real de la crianza	310
b. Cambio de circunstancias	311
c. Prudencia antes de ampliar la familia	312
PARTE CUARTA	314
POCOS HIJOS, MUCHOS HIJOS Y VIDA FAMILIAR	314
Capítulo 13. El hijo único, dos hijos y las diferentes configuraciones familiares	314
13.1. El hijo único	314
a. Atención parental	314
b. Recursos disponibles	315
c. Ausencia de hermanos	317

13.2. Dos hijos	318
a. Relación entre hermanos	318
b. Equilibrio familiar	319
c. Organización parental	320
13.3. Tres o más hijos	321
a. Cambio de escala	321
b. Organización	322
c. Dinámica familiar	323
13.4. Cada configuración tiene ventajas y dificultades	324
a. Tiempo	324
b. Economía	325
c. Relaciones	326
13.5. Evitar decisiones basadas exclusivamente en estereotipos	326
a. Hijo único	326
b. Familia pequeña	327
c. Familia numerosa	328
13.6. La calidad de la vida familiar	328
a. Relaciones	328
b. Presencia	329
c. Capacidad de atención	330
Capítulo 14. Familias numerosas: ventajas, riqueza relacional y aprendizajes	332
14.1. La experiencia de crecer con varios hermanos	332
a. Compañía	332
b. Pertenencia	334
c. Historia compartida	336
14.2. Aprender a compartir	338
a. Espacio	338
b. Tiempo de los padres	339
c. Recursos	340
14.3. Aprender convivencia	342
a. Negociación	342
b. Conflicto	343
c. Reconciliación	345
14.4. Diversidad de relaciones entre hermanos	346
a. Diferencias de edad	346
b. Diferencias de personalidad	347
c. Alianzas y vínculos	348
14.5. La familia como pequeña comunidad	349
a. Cooperación	349
b. Responsabilidad	350
c. Ayuda mutua	351
14.6. La riqueza familiar a largo plazo	352
a. Red afectiva	352
b. Relaciones adultas entre hermanos	353
c. Continuidad intergeneracional	354
Capítulo 15. Familias numerosas: dificultades y límites reales	357
15.1. El coste económico acumulado	357
a. Alimentación	357
b. Educación	358
c. Vivienda	359
15.2. El recurso escaso del tiempo	360
a. Atención individual	360
b. Actividades	361
c. Seguimiento escolar y personal	362

15.3. Cansancio parental	363
a. Sobrecarga	363
b. Estrés	364
c. Necesidad de descanso	365
15.4. Organización doméstica	366
a. Horarios	366
b. Transporte	367
c. Tareas	368
15.5. El riesgo de que algún hijo reciba menos atención	369
a. Hijos más autónomos	369
b. Hijos con mayores necesidades	370
c. Reparto desigual involuntario	371
15.6. Cuándo detener el crecimiento de la familia	371
a. Recursos	371
b. Salud de la pareja	372
c. Capacidad real de cuidar bien a los hijos existentes	373
Capítulo 16. Hermanos, convivencia y construcción de vínculos para toda la vida	376
16.1. Hermanos: afecto, rivalidad y cooperación	376
a. El afecto fraterno	376
b. Rivalidad	378
c. Cooperación	381
16.2. Celos entre hermanos	382
a. Competencia por la atención	382
b. Comparaciones	384
c. Trato de los celos sin humillación	386
16.3. Diferencias entre hermanos	387
a. Temperamento	387
b. Capacidades	388
c. Necesidades	389
16.4. Igualdad y trato idéntico	390
a. Justicia	390
b. Necesidades individuales	391
c. Atención personalizada	392
16.5. Educar para la convivencia	393
a. Respeto	393
b. Resolución de conflictos	394
c. Ayuda mutua sin obligación excesiva	395
16.6. Los hermanos en la vida adulta	395
a. Continuidad del vínculo	395
b. Apoyo entre hermanos adultos	396
c. Cuidado de los padres mayores	397
PARTE QUINTA	400
RESPONSABILIDAD, RUPTURA Y DECISIONES DIFÍCILES	400
Capítulo 17. La paternidad permanece aunque la pareja termine	400
17.1. La pareja puede terminar; la paternidad no	400
a. El vínculo sentimental puede acabarse	400
b. La paternidad no depende del amor hacia la madre	402
c. El hijo continúa necesitando padres	403
17.2. Responsabilidad afectiva después de la ruptura	404
a. Presencia	404
b. Comunicación	406
c. Continuidad	407

17.3. Responsabilidad económica	408
a. Manutención	408
b. Gastos	409
c. Cumplimiento	410
17.4. El riesgo de desentenderse	411
a. Distanciamiento progresivo	411
b. Nueva familia	412
c. Consecuencias del abandono	413
17.5. No utilizar a los hijos dentro del conflicto de pareja	414
a. Conflictos de lealtad	414
b. Descalificación del otro progenitor	415
c. Protección emocional del hijo	416
17.6. La verdadera medida del compromiso paterno	416
a. Permanecer	416
b. Cumplir	417
c. Mantener el vínculo durante toda la vida	418
Capítulo 18. Cuando no se encuentra la pareja con la que formar una familia	420
18.1. Querer hijos sin tener pareja	420
a. Frustración	420
b. Soledad	422
c. El paso del tiempo	424
18.2. No confundir urgencia con compatibilidad	425
a. Edad	425
b. Miedo	426
c. Precipitación	428
18.3. Los criterios esenciales que no conviene sacrificar	429
a. Valores	429
b. Compromiso	430
c. Proyecto familiar	432
18.4. Flexibilizar los criterios secundarios	432
a. Idealización	432
b. Perfeccionismo	434
c. Expectativas	435
18.5. Renunciar a tener hijos antes que construir una familia que consideramos inadecuada	436
a. El coste de la renuncia	436
b. Duelo por los hijos no tenidos	437
c. Coherencia con los propios valores	438
18.6. Reconstruir el proyecto vital cuando el resultado es incierto	439
a. Vivir con incertidumbre	439
b. No actuar desde la desesperación	440
c. Encontrar sentido independientemente del resultado	441
PARTE SEXTA	443
DECIDIR CON RESPONSABILIDAD Y CONSTRUIR UNA FAMILIA	443
Capítulo 19. La decisión de tener hijos: evaluación integral antes de dar el paso	443
19.1. Examinar el deseo	443
a. ¿Quiero un hijo?	443
b. ¿Quiero ser padre?	444
c. ¿Quiero una familia?	446
19.2. Evaluar la pareja	447
a. Estabilidad	447
b. Compatibilidad	448
c. Compromiso	449

19.3. Evaluar la capacidad emocional	449
a. Madurez	449
b. Paciencia	450
c. Disponibilidad	451
19.4. Evaluar el tiempo	452
a. Trabajo	452
b. Crianza	453
c. Pareja	454
19.5. Evaluar los recursos	455
a. Situación actual	455
b. Capacidad futura	455
c. Imprevistos	456
19.6. Evaluar la permanencia del compromiso	457
a. En los buenos tiempos	457
b. En las crisis	457
c. Incluso después de una ruptura	458
Capítulo 20. Casos prácticos y síntesis: del deseo de hijos al compromiso con una familia	461
20.1. Caso práctico: el hombre que quiere hijos pero rechaza el compromiso	461
a. Motivaciones	461
b. Contradicción	463
c. Decisión	464
20.2. Caso práctico: una pareja decide entre uno, dos o tres hijos	466
a. Deseo	466
b. Recursos	468
c. Decisión	469
20.3. Caso práctico: una familia desea otro hijo pero carece de tiempo	470
a. Situación	470
b. Necesidades de los hijos existentes	471
c. Prioridades	473
20.4. Caso práctico: una familia numerosa necesita reorganizarse	473
a. Economía	473
b. Tiempo	475
c. Reparto de responsabilidades	476
20.5. Caso práctico: un padre descubre después de la separación qué significa el compromiso	477
a. Ruptura	477
b. Obligaciones	478
c. Reconstrucción del vínculo	480
20.6. Síntesis: del deseo de descendencia al compromiso con una familia	481
a. Reproducirse es un acto; ser padre es una responsabilidad	481
b. Un hijo implica un compromiso para toda la vida	482
c. La pregunta final no es cuántos hijos deseamos, sino cuántos podemos amar, atender, educar y acompañar responsablemente	484

Introducción

DESEAR HIJOS NO ES LO MISMO QUE ESTAR PREPARADO PARA FORMAR UNA FAMILIA

Hay preguntas que parecen sencillas hasta que llega el momento de responderlas de verdad.

¿Quiero tener hijos?

¿Quiero ser padre?

¿Quiero formar una familia?

Durante años, muchos hombres pueden tratar estas preguntas como si fueran prácticamente equivalentes. Se habla de "tener hijos" como si la expresión contuviera por sí sola todo lo que viene después: la elección de pareja, la convivencia, el compromiso, la crianza, el tiempo, la economía, las renunciaciones, la educación, la estabilidad familiar y la responsabilidad que permanece incluso cuando la relación de pareja atraviesa una crisis o termina.

Pero no son preguntas idénticas.

Podemos desear descendencia sin haber pensado seriamente en la paternidad cotidiana. Podemos sentir ilusión ante la idea de un hijo y, al mismo tiempo, experimentar resistencia ante el compromiso que exige construir una familia. Podemos querer transmitir nuestro apellido, nuestra historia, nuestros valores o aquello que hemos construido a lo largo de la vida y descubrir, cuando la posibilidad empieza a hacerse real, que traer un hijo al mundo significa mucho más que garantizar una continuidad biológica.

Significa asumir la responsabilidad de una persona.

Ése es el punto de partida de este libro.

DE LA IDEA DEL HIJO A LA REALIDAD DE LA PATERNIDAD

La imagen de un hijo puede resultar profundamente atractiva.

Podemos imaginar sus primeros pasos, conversaciones, viajes, celebraciones familiares o aquello que nos gustaría enseñarle. Podemos visualizar una mesa rodeada de hijos y, quizá algún día, de nietos. Podemos sentir que la descendencia proporciona continuidad, trascendencia y pertenencia a una historia que comenzó antes de nosotros y que podría seguir cuando ya no estemos.

Nada de esto carece de importancia.

El deseo de continuidad forma parte de algunas de las motivaciones humanas más profundas.

Pero el hijo imaginado todavía no necesita nada de nosotros.

El hijo real sí.

Necesita tiempo cuando estamos cansados.

Atención cuando tenemos otros problemas.

Dinero cuando preferiríamos destinarlo a otra cosa.

Paciencia cuando repite por décima vez el mismo comportamiento.

Presencia cuando el trabajo parece exigirnos todo.

Límites cuando resulta más cómodo decir que sí.

Acompañamiento cuando entra en la adolescencia y ya no piensa como nosotros.

Y continuidad incluso si nuestra relación con su madre cambia.

Por eso este libro propone realizar un desplazamiento esencial.

Pasar de preguntarnos únicamente:

“¿Quiero tener hijos?”

a preguntarnos:

“¿Qué significa realmente que yo sea el padre de esos hijos?”

La diferencia parece pequeña.

En realidad puede cambiar por completo la decisión.

EL HOMBRE ANTE UNA DECISIÓN QUE TRANSFORMA TODA SU VIDA

La paternidad no es simplemente una experiencia que se añade a las anteriores.

Transforma prioridades.

Modifica la relación con el tiempo.

Cambia la economía personal.

Introduce nuevas obligaciones.

Afecta a la vida profesional.

Reordena la pareja.

Y crea un vínculo que no debería entenderse como temporal.

Un hombre puede cambiar de trabajo.

Puede vender una casa.

Puede terminar una relación.

Puede mudarse a otro país.

Puede reconstruir muchas partes de su vida.

No puede deshacer el hecho de haber traído un hijo al mundo.

Esta irreversibilidad convierte la decisión en algo especialmente importante.

No porque debamos aproximarnos a la paternidad con miedo.

Sino porque merece ser elegida con conciencia.

La sociedad suele hablar mucho sobre el deseo de tener hijos y bastante menos sobre la capacidad de formar y sostener una familia.

Este libro entra precisamente en ese espacio.

¿Qué buscamos realmente cuando decimos que queremos hijos?

¿Continuidad genética?

¿Trascendencia?

¿Una familia?

¿Una forma de pertenencia?

¿Reconocimiento?

¿Una respuesta frente a la soledad o al paso del tiempo?

Las motivaciones pueden mezclarse.

No necesitamos sentir una razón perfectamente pura.

Pero comprenderlas permite decidir mejor.

DEL ENAMORAMIENTO A LA ELECCIÓN DE LA MADRE DE NUESTROS HIJOS

Cuando un hombre desea formar una familia, elegir pareja adquiere una dimensión nueva.

No basta con preguntarse si existe atracción.

Ni siquiera si existe amor.

La pregunta empieza a incluir futuro.

¿Podemos construir juntos?

¿Compartimos una idea suficientemente compatible de familia?

¿Queremos hijos?

¿Cuántos?

¿Cómo entendemos la fidelidad?

¿Qué importancia concedemos al compromiso?

¿Cómo afrontamos el dinero?

¿Cómo resolveremos los conflictos?

¿Cómo distribuiremos la crianza?

¿Qué ocurrirá con nuestras carreras profesionales?

¿Qué valores queremos transmitir?

Estas conversaciones pueden parecer menos románticas que el enamoramiento.

Sin embargo, muchas de ellas terminarán afectando profundamente a la calidad de la vida familiar.

Podemos enamorarnos de una persona con la que no somos compatibles para construir una familia.

También podemos descartar demasiado pronto una relación valiosa porque buscamos una perfección que ninguna persona real puede ofrecer.

El libro aborda este equilibrio.

Elegir con cuidado sin convertir la elección de pareja en una selección imposible.

Distinguir entre criterios esenciales y preferencias secundarias.

Reconocer que no basta con encontrar a una mujer capaz de convertirse en buena madre.

También debemos preguntarnos si nosotros seremos hombres con quienes resulte razonablemente posible construir.

Porque una familia no se encuentra terminada.

Se construye entre dos personas.

EL COMPROMISO Y EL MIEDO MASCULINO A PERDER LIBERTAD

Uno de los conflictos más importantes aparece cuando el deseo de tener hijos convive con el temor a perder autonomía.

Muchos hombres valoran profundamente su libertad.

Su tiempo.

Su espacio.

Su capacidad de decidir.

Su vida profesional.

La posibilidad de mantener abiertas distintas opciones.

Nada de esto es necesariamente negativo.

La autonomía forma parte de una vida adulta saludable.

Pero una familia introduce interdependencia.

Ya no todas las decisiones afectan exclusivamente a quien las toma.

El trabajo modifica el tiempo familiar.

Los gastos afectan al presupuesto común.

Los horarios influyen en la pareja.

Los hijos necesitan presencia.

El compromiso cierra determinadas posibilidades precisamente para permitir que otras puedan profundizar.

Este libro no presenta la familia como una renuncia a la libertad.

Propone comprender una forma distinta de libertad: la capacidad de elegir conscientemente aquello con lo que queremos comprometernos.

Podemos mantener todas las puertas abiertas durante mucho tiempo.

Pero determinadas realidades humanas sólo pueden construirse cuando decidimos atravesar una de ellas.

La familia es una de esas realidades.

HOMBRE Y MUJER ANTE EL DESEO DE HIJOS Y EL DESEO DE FAMILIA

Otra cuestión importante que aborda este libro es la posible diferencia entre desear descendencia y desear una estructura familiar determinada.

Algunos hombres pueden separar psicológicamente ambas cosas con relativa facilidad.

Quieren hijos.

La cuestión de la pareja puede aparecer en un segundo plano.

Algunas mujeres pueden vivir la decisión de una forma diferente y vincular de manera mucho más estrecha maternidad, elección del padre y proyecto familiar.

No se trata de establecer reglas universales sobre hombres y mujeres.

La variabilidad individual es enorme.

Existen hombres profundamente orientados hacia la familia y mujeres que desean la maternidad fuera de una relación de pareja.

El libro evita deliberadamente estas simplificaciones.

Pero también examina una realidad que merece atención: la reproducción no coloca corporalmente al hombre y a la mujer en la misma posición, y las consecuencias que cada uno anticipa pueden influir en su manera de decidir.

Una mujer puede disponer de medios económicos suficientes para tener un hijo y, sin embargo, decidir que no quiere ser madre si no encuentra al hombre con quien desea formar una familia.

No porque sea incapaz de criar sola.

Porque su deseo no es únicamente tener un hijo.

Es construir una familia con el padre de ese hijo.

Esta distinción ayuda también al hombre a revisar su propio deseo.

¿Busca fundamentalmente descendencia?

¿Busca paternidad?

¿Busca una familia?

Responder honestamente puede evitar muchas decisiones contradictorias.

EL TIEMPO, EL DINERO Y LA CAPACIDAD REAL DE CUIDAR

Querer hijos es una cuestión afectiva.

Tenerlos introduce inevitablemente cuestiones prácticas.

Tiempo.

Dinero.

Vivienda.

Trabajo.

Organización.

Energía.

Salud.

El libro dedica una atención especial a estos recursos porque son fáciles de subestimar cuando pensamos en la familia desde el deseo.

Especialmente el tiempo.

Podemos aumentar ingresos.

Podemos ahorrar.

Podemos modificar determinados gastos.

Pero el día continuará teniendo veinticuatro horas.

Cada hijo necesita una parte de nuestra vida.

No sólo cuidados básicos.

Necesita conversación.

Presencia.

Conocimiento individual.

Acompañamiento.

Esto adquiere todavía más importancia cuando pensamos en el número de hijos.

La pregunta responsable no debería ser únicamente:

“¿Cuántos hijos quiero?”

Debe convertirse progresivamente en:

“¿Cuántos hijos podemos amar, atender, educar y acompañar suficientemente?”

Ésta no es una invitación a reducir la familia a un cálculo.

Es justamente lo contrario.

Cada hijo posee tal valor que merece ser considerado como una persona concreta y no simplemente como una cifra dentro de una imagen familiar.

UNO, DOS, TRES O MÁS HIJOS

Este libro dedica una parte importante a las diferentes configuraciones familiares.

El hijo único.

Dos hijos.

Tres o más.

Las familias numerosas.

No para declarar que una estructura sea universalmente superior a otra.

Sino para comprender qué cambia.

Una familia pequeña puede concentrar más recursos individuales.

Una familia numerosa puede ofrecer una extraordinaria riqueza de relaciones.

Hermanos.

Compañía.

Aprendizaje de convivencia.

Negociación.

Cooperación.

Historia compartida.

Una red afectiva que puede prolongarse durante toda la vida.

Pero esta riqueza no elimina los límites.

Más hijos significan también más necesidades.

Más gasto.

Más organización.

Menos tiempo individual disponible si no se protege.

Mayor riesgo de cansancio parental.

Necesidad de distribuir responsabilidades.

La familia numerosa puede ser profundamente satisfactoria cuando la estructura tiene capacidad para sostenerla.

Por eso el libro analiza tanto sus ventajas como sus dificultades reales.

Sin idealización.

Sin prejuicio.

Con una pregunta constante:

¿Cómo podemos hacer que cada hijo disfrute de pertenecer a una familia amplia sin dejar de sentirse visto como persona individual?

LA PTERNIDAD DESPUÉS DE UNA RUPTURA

Existe una prueba especialmente clara de lo que significa el compromiso paterno.

¿Qué ocurre si termina la pareja?

Podemos dejar de ser marido o pareja de una mujer.

No dejamos de ser padre de nuestros hijos.

Esta distinción, tan evidente en teoría, puede resultar mucho más difícil en la práctica.

Separaciones conflictivas.

Problemas económicos.

Nuevas parejas.

Nuevos hijos.

Distancia.

Resentimiento.

Todo puede complicar la relación.

Pero el compromiso inicial permanece.

El libro aborda la responsabilidad afectiva y económica después de la ruptura, la continuidad del vínculo, el riesgo de que un padre se distancie progresivamente y la necesidad de evitar utilizar a los hijos dentro del conflicto entre adultos.

La verdadera medida de la paternidad no aparece únicamente cuando la familia funciona como imaginábamos.

Aparece también cuando las circunstancias cambian.

Permanecer.

Cumplir.

Seguir siendo padre.

NO ENCONTRAR LA PAREJA ADECUADA TAMBIÉN ES UNA POSIBILIDAD

Querer una familia no garantiza encontrar a la persona con quien construirla.

Esta realidad merece ser tratada con respeto.

Un hombre puede desear hijos y llegar a determinada edad sin una pareja adecuada.

Entonces aparecen preguntas difíciles.

¿Debo flexibilizar mis criterios?

¿Estoy siendo demasiado exigente?

¿Me está dominando el miedo al compromiso?

¿Estoy a punto de precipitarme porque siento que el tiempo se termina?

¿Cuáles son mis criterios esenciales y cuáles son secundarios?

Existe incluso una posibilidad dolorosa:

renunciar a tener hijos antes que formarlos dentro de una relación que consideramos inadecuada.

Este libro no ofrece respuestas automáticas.

Ayuda a ordenar la decisión.

Porque algunas elecciones adultas no consisten en escoger entre una opción buena y otra mala.

Consisten en escoger entre posibilidades que contienen beneficios, riesgos y pérdidas diferentes.

Comprender aquello que realmente valoramos puede permitirnos vivir esas decisiones con mayor coherencia.

UN LIBRO PARA PENSAR ANTES DE DECIDIR

Este libro no pretende decir al lector cuántos hijos debe tener.

Ni que todo hombre deba ser padre.

Ni que exista una fórmula capaz de garantizar una familia feliz.

La vida humana es demasiado compleja para esas respuestas.

Su propósito es otro.

Ayudar a formular mejores preguntas antes de tomar decisiones que tendrán consecuencias durante décadas.

A lo largo de sus capítulos analizaremos:

- la diferencia entre deseo de descendencia, paternidad y familia;
- las motivaciones psicológicas masculinas para querer hijos;
- el salto desde reproducirse hasta ejercer realmente como padre;
- la familia entendida como proyecto de vínculos y responsabilidades;
- la elección de pareja cuando se desea formar una familia;
- el conflicto entre libertad y compromiso;
- las diferentes formas en que hombres y mujeres pueden vivir el deseo de hijos y de familia;
- las conversaciones esenciales antes de iniciar la paternidad;

- las necesidades reales de un hijo;
- el tiempo necesario para criarlo;
- el coste económico de la familia;
- la decisión sobre cuántos hijos tener;
- las diferencias entre hijo único, dos hijos y familias numerosas;
- las ventajas y dificultades de crecer con varios hermanos;
- los vínculos fraternales a lo largo de la vida;
- la responsabilidad paterna después de una ruptura;
- la situación del hombre que desea familia pero no encuentra pareja;
- y una evaluación integral que permita pasar del deseo a una decisión responsable.

El objetivo no es que el lector termine pensando exactamente igual que antes de empezar.

Tampoco exactamente igual que el autor.

El objetivo es que piense mejor.

Que distinga.

Que examine.

Que pueda formularse preguntas que quizá nunca había considerado.

Porque una buena decisión familiar no necesita nacer de una certeza absoluta.

Necesita suficiente conciencia.

EL CONOCIMIENTO COMO FORMA DE RESPONSABILIDAD

Podemos aprender sobre muchas decisiones después de tomarlas.

La paternidad también se aprende viviendo.

Nadie puede prepararse completamente antes de tener un hijo.

Siempre habrá sorpresas.

Siempre cometeremos errores.

Siempre necesitaremos adaptarnos.

Pero que no podamos saberlo todo no significa que debamos decidir sin pensar.

Existe una diferencia enorme entre llegar a la paternidad sabiendo que tendremos que aprender y llegar sin haber examinado aquello que ya podía conocerse.

Leer, reflexionar y hablar antes no elimina la incertidumbre.

Nos prepara para responder mejor cuando aparezca.

Y ése puede ser uno de los mayores beneficios de este libro.

No ofrecer seguridad artificial.

Ofrecer criterios.

No proporcionar una receta.

Proporcionar una estructura para pensar.

No prometernos una familia perfecta.

Ayudarnos a construir una familia más consciente.

Porque el conocimiento adquiere un valor especial cuando afecta a decisiones irreversibles.

Podemos invertir tiempo en aprender sobre una profesión porque queremos ejercerla mejor.

Podemos estudiar una inversión antes de comprometer nuestro patrimonio.

Podemos analizar una vivienda antes de comprarla.

Resultaría extraño dedicar menos reflexión a una decisión que puede transformar toda nuestra vida y la de personas que todavía no han nacido.

Leer este libro significa detenerse antes de actuar.

Preguntarnos qué queremos.

Qué podemos ofrecer.

Qué estamos dispuestos a comprometer.

Y qué clase de familia deseamos construir.

LA DECISIÓN QUE MERECE SER PENSADA

Tener un hijo puede comenzar con un deseo.

Ser padre requiere mucho más.

Y construir una familia exige integrar todavía más dimensiones.

Pareja.

Compromiso.

Tiempo.

Economía.

Educación.

Presencia.

Permanencia.

Ninguna de ellas necesita ser perfecta.

Todas merecen ser consideradas.

Quizá al terminar este libro el lector confirme aquello que ya sabía:

“Quiero ser padre y quiero formar una familia.”

Pero la frase tendrá entonces un significado mucho más amplio.

Quizá descubra que desea hijos pero todavía no está preparado para determinadas responsabilidades.

Eso también será conocimiento valioso.

Quizá comprenda que necesita hablar con su pareja sobre cuestiones que nunca habían planteado.

O revisar el número de hijos que imaginaba.

O pensar de otro modo su relación con el trabajo.

O examinar su miedo al compromiso.

O aceptar que formar una familia requiere elegir y que elegir significa renunciar a algunas alternativas.

Todo ello forma parte de la madurez de la decisión.

No se trata de tener miedo a la paternidad.

Se trata de respetarla suficientemente como para comprender lo que significa.

Un hijo no es únicamente la culminación de un deseo.

Es el comienzo de una responsabilidad.

Y una familia no es simplemente aquello que ocurre después de tener hijos.

Es algo que dos adultos intentan construir alrededor de ellos y entre ellos, día tras día, durante muchos años.

Por eso merece la pena prepararse.

Comprender.

Reflexionar.

Y decidir.

Este libro comienza precisamente ahí.

En el momento anterior al sí.

En ese instante en el que un hombre deja de preguntarse únicamente:

“¿Quiero tener hijos?”

y empieza a formular la pregunta que puede cambiarlo todo:

“¿Quiero ser el padre que esos hijos necesitarán y construir la familia en la que quiero verlos crecer?”