



El modelaje en el consumo de alcohol por los hijos

Gerardo Tálamo, Ph.D.

Modelar es la capacidad de las personas de incidir en el desarrollo de pensamientos y acciones de otros que les observan, convirtiéndose en un ejemplo a seguir y una guía de referencia. Algunos autores le llaman "liderar con el ejemplo".

A través del modelaje de los héroes, de aquellas personas que valoramos y admiramos, formamos nuestra identidad personal. Observamos e imitamos a personas significativas, relevantes, figuras de autoridad y poder, y este aprendizaje nos sirve de guía para comportarnos en situaciones similares.

Como padres, ejercemos un liderazgo en nuestros hijos y somos capaces de influir en ellos promoviendo su aprendizaje, de allí la importancia de mostrar consistencia entre lo que decimos, hacemos y somos. Los padres debemos procurar ser modelos positivos para nuestros hijos, y tener en cuenta que muchos de sus comportamientos futuros dependerán de los patrones que hayan observado en casa.

En el caso del consumo de alcohol, la investigación ha demostrado que la actitud y el comportamiento de los padres ante las bebidas alcohólicas constituyen un elemento bien sea protector o de riesgo para sus hijos. Por ejemplo, si el consumo de los padres en el hogar es moderado, como complemento de una reunión social, acompañado de comidas y de un ambiente de cordialidad, y explicando a sus hijos que solo los adultos pueden tomar alcohol, muy probablemente el niño no se iniciará en el consumo a una edad muy temprana. Esa conducta en el seno familiar será un elemento protector con respecto a este tema. Es importante recordar que mientras más temprano se inicie un niño en el consumo regular de alcohol, mayor será el riesgo de tener problemas con la bebida en la edad adulta.

Si por el contrario la actitud de los padres es de permisividad y aceptación del consumo de alcohol sin moderación, tomando mucho y en lapsos de tiempo cortos, y estos episodios se repiten con frecuencia, se está ejerciendo un modelaje perjudicial para los niños. Hay evidencias científicas que nos indican que este modelaje negativo constituye un factor de riesgo para los hijos de ese hogar. Asimismo, existen padres que pueden tener un uso recurrente y no moderado de alcohol como apoyo permanente ante situaciones difíciles, de estrés o contratiempos, y podemos pensar que los niños no se dan cuenta del trasfondo de ese comportamiento. La verdad es que ellos aprenderán a asociar malestar con consumo de alcohol y corren el riesgo de recurrir más adelante al alcohol cuando se encuentren en dificultades.

Por otra parte, una familia que celebra cuando alguno de sus miembros se embriaga, o que simplemente lo ignora, está estableciendo implícitamente una norma de aceptación de ese comportamiento. El niño entenderá que beber de más es algo normal o hasta divertido, observa ese patrón, aprende y, posteriormente, actúa. Si por el contrario los padres hablan con los hijos sobre el comportamiento observado en esas personas y les explican que ese consumo abusivo puede hacer daño, el episodio puede convertirse en un factor de protección.

Los padres debemos tener extremo cuidado de no caer en aquello de "haz como yo digo, pero no como yo hago"; la pérdida de credibilidad arrastra consigo muchas consecuencias negativas. Aunque no nos demos cuenta, los hijos están allí, observando, oyendo, aprendiendo de nosotros.

Hablemos con nuestros hijos sobre el consumo de alcohol, orientémosles para que en el futuro sean consumidores responsables, y seamos ejemplo para que aprendan que el alcohol debe ser consumido responsable y moderadamente.

Tomado de: <http://www.gerardotalamo.com/?p=119>