

Mujeres solas: mamás a toda prueba



www.pediatraldia.cl

Son muchas las circunstancias que llevan a una mujer a enfrentar sola la crianza de sus hijos. Las que han **enviudado** apenas tienen tiempo para vivir el duelo cuando ya se encuentran frente a la tarea de asumir además de sus responsabilidades de madre, el rol del padre. Las que en la mitad de la vida matrimonial se **separan**, también sienten la obligación de dar rápidamente vuelta la página y volver a funcionar como familia, a pesar de la pérdida de la pareja y la ausencia del papá. En el caso de las **madres solteras**, el dolor de no poder compartir cotidianamente las penas y alegrías del ser padres es igualmente intenso, pero se transforma luego en una carga con la que es preciso aprender a vivir.

La ausencia del padre



Según psicólogos infanto-juvenil con vasta experiencia en temas de familia, existe una tendencia muy acentuada -a excepción de las mujeres que han enviudado- a que las madres traten de 'borrar' al padre del contexto familiar. "Hay pocas mujeres que logran separar sus conflictos y rabias y, en general, traspasan a los niños los sentimientos de frustración derivados de la relación de pareja. Es frecuente que los niños se transformen en confidentes de la mamá y reciban todas las críticas que ella hace del padre", indica la psicóloga.

Como consecuencia, hay un alto porcentaje de niños que no tienen padres funcionando no sólo por la irresponsabilidad del propio padre, sino por los efectos de la conciencia de la madre. "Las mamás deben tener claro que es muy importante la presencia del padre en la educación y formación de los niños, especialmente en los hijos varones",

Si el padre está ausente de la vida del niño, es preciso proporcionarle igualmente una imagen paterna, porque eso le asegura un equilibrio emocional y la posibilidad concreta de poder, en un futuro, formar una familia. Un sustituto masculino significativo para el niño puede ser alguno de sus abuelos, un tío e incluso algún profesor y para establecer una relación entre ambos, es preciso que exista una clara disposición de ese sustituto a establecer un vínculo con el niño más allá de su parentesco o relación inicial. Asimismo, es vital entregarle respuestas coherentes y consistentes frente a la pregunta ¿tengo papá? o ¿por qué mi papá no está conmigo?. Éstas varían dependiendo de la historia de cada madre, pero siempre, "deben entregarle al niño la certeza de que él tiene un padre, que puede estar lejos en el caso de las madres

solteras o separadas, pero que en algún momento puede volver; o que está en el cielo, cuando se trata de madres que han enviudado, pero que estará siempre presente en su corazón”.

Asimismo, es vital entregarle respuestas coherentes y consistentes frente a la pregunta ¿tengo papá? o ¿por qué mi papá no está conmigo?. Éstas varían dependiendo de la historia de cada madre, pero siempre, , “deben entregarle al niño la certeza de que él tiene un padre, que puede estar lejos en el caso de las madres solteras o separadas, pero que en algún momento puede volver; o que está en el cielo, cuando se trata de madres que han enviudado, pero que estará siempre presente en su corazón”.

Mamás solteras

Durante la crianza, las mamás solteras se enfrentan entre el segundo y tercer año de vida de su hijo a la pregunta ¿y mi papá?. Se señala que a pesar que siempre deben darse al niño respuestas consistentes, “cuando el menor es pequeño, no conviene entrar en detalles porque no está preparado para entenderlos. Lo único que quiere es tener un padre y tiene derecho a pensar que él existe”.

Si el padre conoce al niño y quiere participar de su educación, es recomendable que la madre lo permita, pero al mismo tiempo regule su presencia. Hay que proteger a los niños de relaciones inestables, por eso no es conveniente que el padre aparezca cuando quiera, sino que -por el beneficio del niño- participe de manera constante. Por esta misma razón, las madres deben tener especial cuidado al presentarle a sus hijos a su nueva pareja, porque de ser algo pasajero, los exponen a vivir una nueva pérdida.

Asimismo, es habitual que el padre no se haga presente y en situaciones como ésta la psicóloga recomienda, “decirle al niño, por ejemplo, que su padre vive en otro lugar, porque con los años puede aparecer. De hecho, muchos padres aparecen cuando los niños son preadolescentes o cuando ya están entrando a la adultez”. Como señala la profesional, es mucho mejor que el niño tenga la ilusión de que su padre está lejos, pero que existe, a vivir con un sentimiento de abandono constante.

Sin embargo, las madres tienen que poner especial cuidado en no sobreestimar la figura del padre para no hacer crecer en el niño falsas expectativas respecto a él. “No se trata de retratar al padre ausente como Superman o decirle que cuando regrese le va a traer regalos; sino simplemente que existe y que tiene que vivir en otro lugar, pero que a pesar de eso lo quiere mucho”. Los psicólogos explican que a medida que el niño crece y su pensamiento se vuelve más complejo, hay que darle más explicaciones. “Es recomendable, por ejemplo, que la madre le diga al niño: tu papá y yo nos separamos, por razones de trabajo el tuvo que irse lejos, pero quizás en algún momento escribirá

Mamás separadas



Acá se señala que cuando los padres se separan y el que se va de la casa se desentiende de los hijos, los niños viven la situación con un dolor muy profundo, el que comparan incluso con la sensación de que su padre hubiera muerto y se sienten desconcertados frente a su repentina ausencia.

En el caso de una separación matrimonial, la psicóloga recomienda que las madres se esfuercen al máximo para lograr que el padre siga presente en la vida de los hijos. Asimismo, indica que hay casos en que ellos tratan de estar cerca de los hijos pero se encuentran con el muro de la madre. “Muchas veces los padres quieren participar, pero las madres no los dejan o supeditan la pensión alimenticia a las visitas. Pero ¿si el

padre en algún momento no puede pagar, la mamá va a exponer al niño a la ruptura con su papá?. Las dos cosas no deberían estar relacionadas, porque se perjudica la estabilidad emocional del niño”,

Si después de la separación es el padre el que se olvida de los hijos, las mamás deben explicarles la situación diciendo, por ejemplo: ‘tu papá está pasando por un mal momento. Tengamos fe y esperemos, porque él te quiere y seguramente después de un tiempo va a buscarte’. En este escenario, la madre nunca debe presionar al padre para que vea a sus hijos porque si no quiere hacerlo, al niño no le va a hacer bien estar con él. No le va a transmitir amor y la madre tiene la obligación de proteger a su hijo de eso

Mamás viudas



Cuando la causa de la ausencia del padre es la muerte, es importante que los niños tengan cerca una figura paterna que lo reemplace. De esta manera sabe que además de llevar el recuerdo de su padre en su corazón, tiene a alguien cercano a quien recurrir cuando necesite hablar de hombre a hombre o jugar y aprender cosas que no podría hacer sólo con la ayuda de su madre.

En este sentido, se señala que es muy importante el papel que juegan los abuelos, ya que si el niño tiene la suerte de criarse con alguno de ellos, el dolor de no tener a su padre junto a él va a ser mucho más tolerable. La psicóloga recomienda que en este caso la madre se acerque a su padre o a su suegro y le pida - explícitamente- que participe de manera activa en la educación de su hijo.

Como indican los expertos, en la sociedad occidental se prescinde mucho de los abuelos y no se valora lo que ellos pueden entregarle a los nietos. “En general, los niños criados con sus abuelos son niños muy seguros porque han sido desde su infancia tremendamente queridos y reforzados. Lo único que quieren muchos abuelos es estar cerca de sus nietos y eso es algo que las madres que están solas y las familias en general, deben rescatar”.

La mutua felicidad

Las madres que crían solas a sus hijos y los niños que crecen sin su padre, pueden, al igual que las familias normalmente constituidas, alcanzar la felicidad. Sin embargo, esto requiere un trabajo de desarrollo personal conciente y constante por parte de las madres, las que deben estar permanentemente cuestionándose respecto a la educación de sus hijos. Muchas madres los ven como extensiones de ellas mismas, por lo tanto, les exigen cumplir con sus expectativas y, por otra parte, les resulta difícil colocar límites y hacerlos respetar normas, como una manera de compensar la ausencia del padre.

Es beneficioso, que las madres tengan grupos de amigas y amigos, que realicen alguna otra actividad aparte de su trabajo y que siempre estén rodeadas de otras madres, para así comparar el desarrollo de su hijo con respecto al resto. De esta manera pueden prevenir transformarse -producto de la presión y la soledad- en madres sobreprotectoras, omnipotentes y asfixiantes, y alcanzar, tanto ellas como sus hijos, la mutua felicidad.

Dr Pedro Barreda