

Madre e hija, ¿en competencia?

Por Dra. Amelia Rodríguez y Dra. Kevia Calderón
Fotos: Archivo

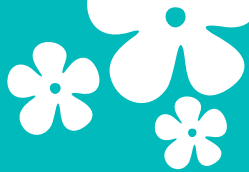
La adolescencia es un proceso fundamental para consolidar la identidad y la individualidad. Por esto, muchas veces las familias experimentan confrontaciones que van de un lado por la necesidad del joven de hacerse sentir y, por otro lado, de las maniobras de los padres para poner límites saludables. Sin embargo, debemos recordar que todo adolescente fue niño una vez, y desde el comienzo debe darse el amor, la guía y estructura necesaria para que al llegar a etapas posteriores cuente con una base sólida y saludable de la cual partir.

Desde el momento mismo del nacimiento se deben tener muy claras y definidas las fronteras entre los miembros de la familia. Esto quiere decir que los padres se ubiquen en su lugar de protectores, guías y figuras de autoridad, siempre con amor y consideración; así también, los hijos deben mantenerse en el lugar que les corresponde, evitando imponerles roles que no les pertenecen o involucrándoles en situaciones adultas.

La rivalidad entre madre e hija, no solo se manifiesta desde la jovencita que se enfrenta a su madre en un intento por controlar su entorno y desautorizar a la madre. También ocurre de parte de la madre, quien en ocasiones ve en su hija una competencia, reflejando en ella la nostalgia de los años de juventud que no volverán.

Es común ver algunas madres que tienden a vestir sumamente juveniles, incluso utilizan la ropa de sus hijas, se cortan el pelo y maquillan igual que ellas, usan la misma jerga al hablar, frecuentan los mismos lugares y socializan la mayor parte del tiempo





Recomendaciones

Cada situación es particular y, en ocasiones, es necesaria la intervención de un profesional de salud mental que ayude a trabajar con las dinámicas madre e hija. Las relaciones de los hijos con los padres sirven en gran medida de modelo para las relaciones interpersonales en general. Sigue estas recomendaciones para mejorar las interacciones en el hogar y tu desempeño a nivel social.

1 Es crucial tratar de prevenir este problema, desarrollando relaciones saludables con tus hijas desde la niñez.

2 Procura establecer lazos de cercanía emocional con las menores, caracterizados por confianza y comunicación/aceptación.

3 Establece límites claros y sé consistente al disciplinar, establecer las reglas del hogar y hacerlas cumplir.

4 Evita atribuirles tareas o involucrarles en dinámicas adultas fuera de su edad o de su madurez.

5 Evade enviar mensajes tales como: “cuando yo no estoy tú eres la mujercita de la casa”; ya que ella se sentirá la mujercita de la casa estés o no presente.

6 No le concedas demasiada autoridad sobre los hermanos menores, pues esto se convierte en un ejercicio claro de poder e igualdad contigo.

7 Permite que tu hija viva cada etapa sin reforzar acciones “pseudomaduras”.

8 Durante la niñez —más allá del juego de roles— no permitas que se vista, hable y actúe como una mujer.

9 Involúcrate en las actividades de tu hija, pero mantén un espacio razonable para que ella pueda crecer e interactuar con toda libertad.

con las amistades de las menores.

A simple vista, pudiéramos pensar que es una escena excelente porque significa que hay una relación cercana y de amistad entre las partes. **Sin embargo, es necesario recordar que la joven no necesita en su madre a otro par; necesita apoyo, guía, estructura y autoridad.** Requieren un lugar de seguridad y no otro escenario de competencia. Muchas veces estas madres sobresalen en los grupos más que las mismas adolescentes lo que suele generar coraje y sentimientos de inferioridad o hasta vergüenza en las hijas.

Una madre puede ser jovial, accesible, amorosa, moderna y buscar espacios para conocer y compartir con las amistades de sus hijos. Pero esto no debe confundirse con una invasión del espacio de sus descendientes ni en ubicarse en la posición de iguales.

Este tipo de dinámicas de competencia y rivalidad también se observa, con frecuencia, en aquellos casos en que la madre tuvo hijos a una edad muy temprana. En ocasiones, la progenitora es más cercana en edad a su hija y, a su vez, puede sentir la necesidad de vivir experiencias que no pudo tener dado los requerimientos de la crianza. Este estilo relacional puede verse, además, en aquellos casos en donde la madre está entrando en la menopausia y sufre de inseguridad y pobre autoestima asociada al fin de su ciclo reproductor. Muchas mujeres sienten que pierden valía y esto, atado a otros asuntos particulares puede causar celos hacia una hija en plena adolescencia en donde su desarrollo e interés sexual está en uno de los momentos más notorios. Debemos recalcar que estas son generalizaciones y que no todas las mujeres que estén pasando por estos ciclos desarrollan estilos de competencia hacia sus hijas.

*Las autoras forman parte del equipo de Psych Wellness Center en el #377 de la Avenida Domenech | www.pwcpr.com | psychwellnesscorp@gmail.com | 787.392.9990

10 Conoce sus amistades, los lugares que frecuenta, su jerga, pero recuerda tener una vida propia e independiente de la de ella.

11 Reflexiona sobre tu persona y comportamiento. Debemos ser genuinas y auténticas, pero debemos hacer pequeños ajustes que nos pueden llevar a cambios significativos en las relaciones con los demás.

12 Busca momentos para compartir, exclusivamente, con la joven en actividades que ella disfrute y ofrece expresiones y gestos de afecto. ¡Es esencial!

Dúo famoso

La *socialité* Kim Kardashian, además de compartir la atención pública con sus también famosas hermanas, tiene que dividir el interés de su fanática con su madre Kris Jenner. Y es que la hermosa madre ama las cámaras, tanto o más que sus propias hijas.



¿Qué otras madres de famosas conoces que adoran robarse la atención? Déjanos saber en www.facebook.com/MiRevista