

## **COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA**

**JUEVES 06 DE OCTUBRE DEL 2016**

### **EL TEMA DE HOY**

#### **MADRES SOLTERAS**

A través de los tiempos, las madres solteras han tenido que soportar insultos, críticas y prejuicios. Ellas han tenido que sobrevivir en un mundo hostil, en soledad, soportando que la sociedad las señale y hable de ellas a sus espaldas. Sin embargo, se vuelven fuertes, el amor que sienten hacia sus hijos hace que todo valga la pena.

Existen numerosos prejuicios sociales en los que antes de conocer las circunstancias, la mujer ha sido duramente criticada por tener uno o más hijos sin padre.

No nos detenemos a pensar un momento en que esa madre soltera a quien tanto criticamos, está en una situación en la que obligadamente carga con la crianza de los hijos y la manutención de un hogar sin el apoyo de un hombre.

Pensemos en los actos heroicos que a diario vemos en esas madres solteras, afortunadamente las mujeres poco a poco ahora salen de sus casas a trabajar, a estudiar, y se realizan como mujeres, muchas veces por necesidad, pero al llenar esta necesidad también se han dado cuenta que **no necesitan de un hombre, para sacar a sus hijos y su hogar adelante.**

Por supuesto eso no le gusta a mucha gente, en especial a los hombres, el hecho de que la mujer se capacite para procurarse a sí misma y a su familia, muchas veces no es bien visto y se le ha conocido más comúnmente como la “liberación femenina” cuando la única liberación real, es la de no depender de un hombre.

Muchas de esas madres solteras, se olvidan de sí mismas y trabajan de sol a sol, aun así, sacan tiempo para dedicarlo a sus hijos, y compartir con ellos las tareas de la escuela, las enseñanzas de la economía de un hogar y hasta jugar con sus hijos.

Por eso las mujeres de hoy hemos aprendido a cuidar de nosotras mismas. Somos capaces de buscar trabajo, trabajar, comprar un vehículo, arreglar el vehículo, administrar, pagar nuestras cuentas, y criar a nuestros hijos.Etc

Te esfuerzas en todo lo que haces, para que te guste lo que haces y pones empeño en ello. Aún así a veces no es suficiente para salir adelante. No puedes dormir, pensando una y otra vez en cómo solucionar alguna cuestión o necesidad que hay con tus hijos, en encontrar la manera de trabajar más para tener lo suficiente para darles a ellos, para pagar esas deudas que tienes, etc.

Te ves abatida y triste, encerrada en tu habitación pensando en el porqué de la vida, esperando una mano amiga que te ayude a salir de todo este problema en el que está envuelta tu vida.

Cuando se trata de economía hay momentos en los que no cuentas con nadie. Pero aun siendo una mujer fuerte y segura, mujer de trabajo y de hogar, una mujer que ha logrado sacar adelante a sus hijos, no puedes evitar sentirte derrotada en estos momentos.

Debes sacar fortaleza desde dentro de tu ser, sentirte fuerte y segura de que eres capaz de salir adelante sola, porque sabes que nadie más que tu vendrá a cuidar y sacar adelante tu vida, tu hogar ni pagarte las facturas. ¡Tú tienes que enseñarle al mundo que puedes!

Tu naturaleza fuerte te hará crecer y el trabajo llegará a ti y podrás vivir como tú quieras vivir. Tú sabes que eres grande, eres mujer y por ello tienes dentro de ti el ímpetu y la fortaleza de salir adelante sola, de darles a tus hijos lo necesario para que vivan en completa armonía. Con ello la felicidad estará en tu hogar.

### **Viviendo con tus padres.**

¿Cómo es criar hijos en casa de tus padres? ¿Es más fácil o más difícil?

Es un poco de las dos cosas, porque estás viviendo dos vidas a la vez: eres la hija de mamá y la mamá de tus hijos. Sabes que no puedes quejarte, que deberías estar agradecida por toda la ayuda que te dan. Sabes que sin ellos las cosas serían mucho más difíciles, Estás agradecida, por supuesto que sí.

Por un lado, tienes una ayuda incondicional. Tu familia está para apoyarte en todo. Ellos saben que la has pasado mal, que has sufrido mucho. Cada día, te dan su fuerza y su cariño. Por otro lado, estar en su casa significa tener que recibir sus opiniones, críticas y consejos, aun cuando no los quieres. Sientes que no tienes libertad. Tienes que acoplarte a las reglas de su casa, a sus horarios, sus opiniones y a sus maneras de hacer las cosas.

Si estás criando a tus hijos en la casa de tus padres hay buenas noticias, formas una Familia Multigeneracional. Los niños criados en familias multigeneracionales tienen más éxito en los estudios y en la sociedad.

¡No te desanimes y sigue viviendo con fuerza y valentía! ¡Muchas mujeres pasaron por lo mismo que tú y al final consiguieron salir adelante! Solamente hay una cosa que no puedes hacer jamás: tirar la toalla.

Cualquiera que sean las circunstancias, la madre soltera merece respeto, admiración y apoyo por su valentía, porque prefieren enfrentar a la “sociedad” y no se esconden detrás de una puerta para interrumpir la vida de ese hijo/a al que aman y defienden. La mujer soltera lucha con la fuerza de una fiera, y se viste de ternura ante la mirada inocente de su hijo/a.

Ser “madre soltera” nunca debe ser un obstáculo para superarse, se debe seguir caminando por la vida con la frente muy en alto. Aprender que no debes confiar tus sentimientos sólo a palabras que son como promesas inciertas, sino a hechos reales.

Desde dentro del corazón saber que vales mucho y que puedes alcanzar las metas que te propongas y no “a pesar de tu hijo/a”, sino “al lado de tu hijo/a”.

El apoyo de un hombre no es tan necesario cuando uno misma sabe darse su lugar, y cuando se acepta con toda la madurez posible, que un hijo/a debe considerarse una bendición y jamás un estorbo, aunque éste llegue en condiciones adversas.

Quizá algún día, la “madre soltera”, encuentre el verdadero amor, pero mientras vaya caminando por la vida sólo para su hijo/a, ella se dará cuenta que tiene la oportunidad de sentir el amor que existe entre una madre y un hijo/a, se dará cuenta que el verdadero amor ya lo tiene a su lado, y que son unos ojitos grandes, una piel suavecita, una hermosa sonrisa, que no eres la primera ni la última “madre soltera” en éste mundo, pero sí: ¡La que tiene todo para ser feliz!

Sonríe, que la gente no te vea derrotada. Demuestra lo grande que eres como mujer, y recuerda: siempre mirando al frente.

Si en tu hogar hay amor, eso vale mucho más que cualquier cosa material. El amor de una madre llena de armonía su casa. Abrazar a un hijo/a es una bendición enorme, y todo lo que haga falta llegará. Tú sabrás darle la vuelta a los malos tiempos, porque eres mujer.

Si consideras que se te dificultan ciertas cosas en el manejo de las emociones de tus hijos, es muy importante que asistas a terapia psicológica, para que puedan salir adelante.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail [laurisalbavera@hotmail.com](mailto:laurisalbavera@hotmail.com)

Pagina Web [www.clinicadeasesoriapsicologica.com](http://www.clinicadeasesoriapsicologica.com)

**TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN. Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan**

**que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.**