

## **COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA**

**JUEVES 21 ENERO DEL 2016**

### **EL TEMA DE HOY**

## **CUANDO LA MUJER ES MAS GRANDE QUE EL HOMBRE**

Desde hace unos años es relativamente común encontrar **parejas en las que ella es mayor que él**. Cuando las mujeres no eran económicamente independientes, esta diferencia estaba mal vista socialmente y se consideraba que eran relaciones de conveniencia. Pero hoy en día existen miles de mujeres que son libres (solteras o divorciadas), atractivas, profesionales y jóvenes, tal vez no tanto de edad pero sí de espíritu. Entre ellas abundan las que prefieren tener un novio más joven que ellas.

**Sin embargo aún que los tiempos han cambiado, las parejas en las que la mujer es mucho mayor que el hombre son, generalmente, mal vistas.** Esto no quiere decir que por esta razón se formen menos uniones de este tipo, pero sí es verdad que hemos sido educados en una cultura que no ve con los mismos ojos una relación en la que el hombre es mayor, aunque sean más años de diferencia, que en una relación en la que la mujer es mayor.

Las parejas en donde la mujer es más grande que el hombre se enfrentan a la **desaprobación** de sus familiares y amigos, que quizás no entiendan por qué una mujer hecha y derecha está con un hombre menor que ella.

Una de las mejores herramientas para que la pareja sea aceptada en el seno familiar es comunicarles abiertamente la existencia de esa relación y que es lo suficientemente sólida como para no dar marcha atrás, esto no solo deja las cosas claras sino que aporta a la relación mayor solidez.

Otro problema al que pudiera enfrentarse la mujer en la relación, es que al tener una pareja más joven que ella, puede hacer que se sienta celosa e insegura. Si su autoestima no es lo bastante sólida, corre el riesgo de compararse continuamente con otras mujeres o de desvalorizarse porque su aspecto no es el de una jovencita.

Por eso antes de comenzar una relación de este tipo es muy importante que la mujer este contenta consigo misma y que tenga una vida plena y feliz, además de tomar en cuenta algunas sugerencias:

### **Acepta tu edad.**

Recuerda que no eres una quinceañera y eso lo sabe todo el mundo. Así que aunque estés saliendo con un hombre de 10 o 15 años menor que tú, no quiere decir que tu comportamiento adulto deba irse por el suelo. En vez de adoptar costumbres de jovencita, comprando minifaldas o tickets para el último concierto de alguna estrella juvenil, **atesora tu experiencia y tu clase y no dejes que la juventud de tu pareja pisotee tus años.**

Ese es quizás uno de los principales problemas que existen al salir con jóvenes. Claro, su forma de ver la vida es más fresca, más ingenua, pero tú no tienes que sacrificar el largo camino que has recorrido solo por ponerte en sus zapatos.

## **Se clara con él y contigo misma.**

¿Es una relación pasajera o quieres entrarle de lleno a una relación seria? La edad normalmente no importa, pero si él chico apenas comienza la universidad y tú sigues pensando en tu reloj biológico, puede que esa “pequeña” diferencia interfiera en la solidez de su relación. No intentes comprometerlo en algo que él no entendería, por ejemplo, que se convierta en el padre de tus hijos de la noche a la mañana cuando a él todavía le lavan la ropa.

Para que una relación así funcione debe haber transparencia desde el principio, que las intenciones estén claras –sea que quieras pasar noches de aventura o busques algo más—. De esa forma evitas perder el tiempo y causar situaciones un tanto embarazosas.

## **Dale su espacio**

No lo trates como si fuera el menor de la relación, como si no tuviera experiencia o, peor aún, como si no fuera lo suficientemente hombre.

**Es cuestión de madurez**, pero también debes comprender que como seres humanos necesitamos vivir etapas.

Si todavía es fanático de los videojuegos, si quiere estar en pijamas todo el día o si duerme más que tú, ¿qué vas a hacer? Si te molestan sus costumbres, que son propias de la mayoría de los jovencitos, es una señal clara que la relación no es para ti. **Comprométete a darle su espacio** y a respetar sus gustos, eso sí, sin aniñarlo o acostumbrarlo a ser el chiquito de la casa. Es un balance y ahí es donde está lo complicado.

## **Acostúmbrate a las aventuras.**

Muchos jovencitos tienen buenas costumbres y hábitos, donde leer y estar en casa se convierten en sus mayores placeres. Pero a veces, los hombres de 10 o 15 años menores que tú, disfrutan de las aventuras y de los planes al último minuto. **¿Estás preparada para darle este cambio a tu vida y estabilidad?** De ser así, tómalo como una forma de refrescarte y renovarte. Atrévete y crece con él (aunque parezca lo contrario) Si puedes con las locuras y la creatividad que le desborda por el hecho, entonces, estarás más que lista para dar el siguiente paso.

## **¿Son duraderas estas relaciones?**

Esto dependerá mucho de las expectativas y necesidades de cada uno. Por ejemplo, hay mujeres que a los cuarenta y tantos años no quieren formar una familia porque ya la tienen. Si el muchacho deseara tener hijos; lo más seguro es que esta relación no dure. Pero hay mujeres maduras que todavía no han tenido hijos y se encuentran con un hombre joven y ambos tienen la oportunidad de establecer una familia.

La durabilidad en estas parejas va a depender únicamente de si los proyectos de vida son compatibles. Pero también puede ser que ambos simplemente deseen estar juntos, disfrutar el

momento presente. Si las cosas se sostienen, bienvenidas. Si no, cada uno sigue su camino.

Cuando una relación está fundada en amor en esencia y no en el aspecto exterior o físico, el amor día a día crecerá y la comprensión entre ambos se hará mayor cada día sin importar la diferencia de edades.

Si ya estás en una relación de este tipo y te das cuenta que no pueden llevarse bien y tienen conflictos, es tiempo que busquen ayuda psicológica, para poder salir adelante y no lastimarse.

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**