

## **COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA**

**JUEVES 21 DE DICIEMBRE DEL 2017**

### **EL TEMA DE HOY**

#### **EL EJEMPLO QUE LE DAS A TUS HIJOS EN TU MATRIMONIO**

Los hijos son sumamente perceptivos y observadores del matrimonio de sus padres, prestan especial atención a la forma en que **se tratan, se hablan, se miran** y por lo general, esta actitud vigilante es invisible a los ojos de los adultos.

**El matrimonio de los padres es un factor que interviene en vía directa con el bienestar de los hijos.** Cuando los hijos sean grandes recordaran como fue el matrimonio de sus padres y les servirá como ejemplo.

Muchas de las debilidades personales que se manifiestan en la etapa adulta, tienen su origen en la niñez y en la adolescencia, cuando se convive en familia teniendo a los padres como referentes de imitación y por consiguiente, de educación.

La convivencia armoniosa entre los esposos, provee estabilidad y seguridad a los hijos. Pero no necesariamente tienen que estar juntos los padres para darles un buen ejemplo a sus hijos, si los padres están separados también debe darles un buen ejemplo de convivencia a sus hijos: **no discutir ni gritarse enfrente de ellos.**

Una relación estable y unida entre padre y madre, sienta las bases para que los hijos crezcan en un contexto de seguridad y protección, que a su vez les brinda estabilidad emocional que necesitan para crecer sanamente ya que **un vínculo basado en el respeto mutuo y en el amor conyugal siempre se recordara.**

La relación de los padres es para los hijos el modelo de todas sus relaciones de intimidad. Los hijos reciben seguridad cuando ven a sus padres y madres respetarse y ser respetadas por su cónyuge, o por el contrario, se llenen de miedo y desconfianza ante el amor cuando conviven con padres que no logran amarse y respetarse.

La presencia de padre y madre, unidos en una relación estable y comprometida como la que establece el matrimonio, crea para los hijos el **contexto de seguridad, protección y alimento emocional que ellos necesitan para crecer y ser felices.**

### **Lo que enseña el matrimonio de los padres.**

La experiencia vivida en casa, puede servir como modelo de inspiración para el propio matrimonio. Cuando en el hogar hay ejemplo de amor entre los esposos con todo y sus conflictos propios de cualquier pareja, pero que logran negociar sus diferencias en un ámbito de respeto; es muy probable que los hijos quieran seguir ese mismo modelo, y por lo general, no se muestren temerosos frente al compromiso ni a las responsabilidades de conformar una familia.

Entre tanto, es frecuente encontrar que algunas de las personas que sienten algún rechazo frente a la unión matrimonial, se debe a que su pasado estuvo envuelto en un ambiente familiar donde los padres sostenían una relación con más tintes de hostilidad que de amor, en donde se agredían, se hablaban mal entre sí, o lo que es peor, sobrellevaban una vida de maltrato físico y/o psicológico.

De modo que el matrimonio de los padres, sirve a los hijos como ilustración de un proyecto de vida, además puede influir en la elección de la pareja y en las expectativas que se centran en ella. Sin duda será determinante en el bienestar emocional y en las habilidades sociales que los hijos promoverán en su futuro.

Otra manera en la forma en que los hijos se ven afectados por el matrimonio de sus padres, es mediante el proceso **psicológico de identificación**. Los hijos imitan a sus padres y “toman prestada” una manera de hablar, un gesto, una forma de caminar.

Pero a diferencia de un juego de roles, estos comportamientos no son imitaciones temporales, sino que luego se convierten en características o atributos que el niño/a toma como parte de sí mismo.

Por lo tanto, **si los hijos observan malas palabras, gritos o discordia entre sus padres, es lo que imitarán después.**

Los niños que crecen bajo un hogar conformado por padre y madre, que a su vez gozan de una convivencia sana, disminuye las probabilidades de que tengan dificultades en los estudios, presenten comportamientos violentos, elijan amistades desfavorables o incluso caigan en algunas adicciones como el alcohol y las drogas.

Lo que resulta sensato, pues un joven que esté rodeado de buen ejemplo, de un clima pacífico de amor y regocijo por parte de sus padres, no tendría motivos para buscar convivencias en ambientes externos.

### **Como evitar que los problemas de pareja afecten a los hijos.**

Que las peleas o discusiones sean a solas, no amenazar la pareja con el divorcio o la separación, no herirse, no juzgar ni criticar a la pareja.

No utilices a tus hijos como mensajeros entre tu pareja y tú

No hables mal tu pareja enfrente de tus hijos.

Si están pasando por un mal momento en la relación agoten todas las posibilidades para un sano arreglo.

Los hijos merecen que sus padres hagan un esfuerzo por construir una relación armoniosa y amorosa entre ellos, la cual busque crecer y mejorar cada día su matrimonio.

En casos extremos y después de agotar todos los recursos algunas parejas se ven forzadas a optar por la separación, **precisamente para evitar mayor daño a los hijos.** Es de vital importancia que busquen ayuda psicológica, para poder salir adelante son muchos más los **matrimonios que con esfuerzo y perseverancia pueden mejorar su relación y no llegar al divorcio.**

**\*\*Feliz Navidad les deseo a todos mis lectores, espero que dios los llene de bendiciones, salud y prosperidad. \*\***

**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)**

**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.**