

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

JUEVES 29 DE SEPTIEMBRE DEL 2016

EL TEMA DE HOY

MADRES POCO AFECTIVAS O CARIÑOSAS

El principal vínculo y el más persistente de todos es habitualmente el que se establece entre la madre y su hijo/a, y se consolida como un vínculo afectivo cuando existe un amor recíproco entre el recién nacido y su madre. Este vínculo será la base sobre la cual se desarrollarán los demás vínculos que establecerá el ser humano con las demás personas a lo largo de vida.

Los niños necesitan experimentar el afecto de sus padres, y principalmente el de su madre, pues es el modo de adquirir su autoestima y la seguridad necesaria que les permita alcanzar su autonomía personal. Dar al niño/a el afecto que necesita no significa ser excesivamente tolerantes ni sobreprotegerles. Los niños pueden sentirse queridos a pesar de que se les reprenda cuando es necesario, ellos notan que esto se hace con cariño y firmeza a la vez.

Es importante premiar sus logros, sus esfuerzos y sus conductas correctas que vayan realizando, reforzando de este modo las conductas que se van a mantener a la larga y sancionar aquellas que pueden ser nocivas para su desarrollo psicológico y social.

Los adolescentes siguen necesitando el afecto y cariño de sus madres, tanto o más que en la infancia, aunque se muestren huraños y rechacen la actitud maternal, la opinión de las madres sobre su futuro sigue siendo muy importante para ellos, frente a la opinión de los compañeros y amigos, que influyen en las decisiones cotidianas. Madres no se deben dejar vencer por la moda, que con el pretexto de que casi todos hacen o dejan de hacer esto o aquello.

Estableciendo un apego saludable madre-hijo

El apego es considerado como la búsqueda de compañía o proximidad de alguien, se forma a partir de experiencias de vinculación con la madre o persona que cuida al niño/a y es saludable si es que desde el nacimiento se establece un contacto directo con el bebé. Al mirarlo directamente y acariciarlo mientras está lactando, se le está brindando experiencias positivas que van a consolidar una base segura en su desarrollo emocional.

Además de la manifestación de estas conductas, es necesario el establecimiento de la empatía entre la madre y sus hijos, comprenderlos, sentir cuáles son sus necesidades, cuándo están contentos y cuándo están molestos, acudir a su llamado y rodearlos con los brazos hará que calmen sus sensaciones de angustias de naturaleza psíquica o fisiológica, sin importar la edad que tengan.

Consecuencias.

Esta carencia afectiva señala la situación en que se encuentra un niño/a que ha sufrido o sufre la privación de la relación con su madre, o de un sustituto materno, y que padece el déficit de atención afectiva necesaria en la edad temprana.

Cuando los primeros vínculos son fuertes y seguros la persona es capaz de establecer un buen ajuste social, por el contrario la separación emocional con la madre, la ausencia de afecto y cuidado puede provocar en el niño/a una personalidad poco afectiva o desinterés social.

En el ser humano no existe la posibilidad de una maduración correcta sin el calor afectivo del amor, en estas circunstancias cualquier persona puede sentir no haber amado lo suficiente o no haber sido amado de forma adecuada. Estos sentimientos de malestar, generalmente son transitorios, pero sin duda lastiman.

La vulnerabilidad al estrés y los problemas en las relaciones sociales están asociados con vínculos poco sólidos. Si las experiencias de vínculo han sido negativas y graves, el ser humano es más propenso a desarrollar trastornos psicopatológicos.

a) **Discontinuidad:** La carencia por discontinuidad aparece por la ruptura repentina de la relación establecida entre la madre o sustituto materno y el niño/a, ligada a cambios cualitativos en esta relación, por motivos diversos y a pesar de que la misma persona sea la que sigue atendiendo al niño/a físicamente (enfermedad súbita de la madre, desviación de la atención afectiva por la irrupción de otras necesidades en el seno familiar, etc).

b) **Insuficiencia:** Aparece este tipo de carencia, en el caso de negligencia, es más frecuente en instituciones de asistencia o en el hospital. El niño/a no encuentra un sustituto maternal adecuado o recibe una modernización totalmente insuficiente y por ello no tiene posibilidades de interacción adecuada con una figura maternal.

c) **Distorsión:** El niño/a vive con su madre o un sustituto materno pero no tiene posibilidad de interacción adecuada con ella. No recibe los cuidados adecuados.

Las Madres, en todo tiempo y lugar, durante la infancia, adolescencia, juventud o adultez de forma voluntaria o involuntaria influyen sobre sus hijos, en ser sus modelos.

De poco sirve a un niño/a o a un adolescente que sus madres les digan lo que deben hacer si ellas con su modo de vida contradicen lo que les han indicado teóricamente. De allí la suma importancia de ser un modelo coherente de conducta para nuestros hijos. Modelo que con frecuencia no es fácil de llevar a la práctica y mantener, pero tampoco puede ser imposible.

La actitud de una madre excesivamente rígida y severa, con el pretexto de que sus hijos deben acostumbrarse a las dificultades y la dureza de la vida, sin concesiones y sin afecto. Esta postura de orientación al no ser la más adecuada, priva a los niños de la posibilidad de descubrir la afectividad y la ternura (que sí existen), y a la larga, de aprender a amar.

Podemos encontrar al niño-adolescente que sentirá que siempre intentan desposeerle de todo, convirtiéndose en un niño/a tímido/a y retraído/a o temeroso/a y huidizo/a. Los sentimientos sociales de cooperación, autonomía y solidaridad no serán desarrollados como una conveniente meta educativa.

El niño o niña debe ser querido simplemente por ser niño o niña, saber que tiene el amor de su madre en una forma incondicional. En nuestra sociedad pareciera que tienen que ganarse el amor, a través de su conducta, calificaciones y por portarse bien. Dependiendo de estas acciones muchas madres condicionan su cariño y al no ver cumplidas sus expectativas externan conductas inapropiadas, que pueden hacer que los niños se sientan devaluados o que no son merecedores del cariño de sus madres.

¿Cómo demostrar a los hijos nuestro cariño y aceptación?

Creemos que con proporcionar el bienestar económico y la educación, es suficiente y descuidamos el aspecto afectivo. Los niños al sentirse queridos y comprendidos por sus madres realizarán acciones positivas que les permitirán alcanzar un pleno desarrollo y las metas que se propongan.

Es conveniente reforzar las actitudes positivas de nuestros hijos, cada vez que las realicen, con palabras que le brinden seguridad y afecto, con ello se sentirán valorados y queridos por su madre.

Es necesario que los niños crezcan en un ambiente de afecto y cariño, pero siempre equilibrado, pues tanto el exceso como la privación de estos son perjudiciales para su desarrollo psicológico.

Propiciar un ambiente familiar en que las diferencias puedan ser expresadas, escuchadas y aceptadas, que las normas sean flexibles, la responsabilidad compartida y los acuerdos en común, favorece la comunicación y amor entre los miembros de la familia.

Este lazo amoroso entre madre-hijo/a es el más importante de su vida, por eso la ayuda de un especialista en psicología será lo mejor para poder identificar bien cuál es el problema que está causando que este lazo sea pobre con tus hijos.

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

Pagina Web 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.