

## **Rol de la madre en la actualidad.**

Lic. Galo Guerra. Psicólogo Modificador de Conducta,  
Director del Instituto Conductual de Costa Rica  
Oficina 2255 1380 correo info@incocr.org

La vida moderna se ha ido complejizando cada vez más y más, las exigencias sociales y personales son más abrumadoras, y consecuentemente la valoración personal sobre la propia eficiencia es más dura. Dentro de éste panorama es donde encontramos a la mujer moderna, la cual desea ser la “súper mamá”, la “súper esposa”, y la “súper trabajadora”. Menuda tarea.

El problema más grande que se plantea de lo anterior, es que cada una de esas exigencias es el equivalente a un trabajo de tiempo completo en sí mismo. Además siempre se siente la mirada de alguien evaluando y diciendo que se podría hacer mejor de otra manera, por lo que la frustración puede ser muy grande.

En la experiencia que he tenido trabajando con mujeres profesionales hemos llegado a algunas conclusiones interesantes. La primera de ellas es que no importa lo que piensen los demás, se debe hacer lo que uno considere correcto. Esto debido a que siempre habrá alguien que no esté de acuerdo con lo que se haga, entonces si el resultado final es fácilmente predecible, es mejor estar satisfecho consigo misma que intentarlo con los demás.

Otro elemento es la organización del tiempo, en ella se debe incluir espacio de recreación individual por lo menos una vez a la quincena, y espacio exclusivo con la pareja, sin hijos, por lo menos una vez a la quincena. De no ser así se menoscaba el rendimiento de la persona. Contar con estos espacios refresca a la mujer y le permite “recargar pilas” y mantenerse con buenos bríos.

Generalmente las madres que se atreven a delegar en los hijos desde que están pequeños gozan de mejores relaciones con la familia, pues se han atrevido a permitirles

ser autosuficientes. Esto implica haberles permitido lavar platos, ropa, planchar e incluso cocinar. Aunque dé miedo es bueno permitir que los chicos hagan estas cosas.

Otra de las conclusiones y una de las que considero muy importante, es que ser buena madre implica hacer lo que la familia necesita, no lo que se desea. Por ejemplo un hijo debe aprender a lidiar con el dolor y el sufrimiento. Una buena madre aunque no quiere verlo sufrir se lo permite, y le aconseja de cómo salir adelante. Es entonces un apoyo, que es lo que se necesita, no le impide vivir que a veces, es lo que se desea.