

# MATERNIDAD: UN APRENDIZAJE

***DRA. MARIELOS HERNÁNDEZ N.***

*Psicóloga Clínica*

Sobre las mujeres recaen fuertes exigencias, una de las mayores es que instintivamente sepa cómo ser una madre perfecta, garantizando que a su hijo no le suceda nada. En sus hombros recae el manejo del hogar, trabajar y centralizar en ella que todo camine bien en su grupo familiar.

La maternidad no es un instinto, es un aprendizaje que se desarrolla a lo largo de la vida y que tiene que ver con la forma en que percibimos el ser madre en nuestra familia.

En algunos casos se ha vivido una maternidad sana, vinculada a la felicidad y al bienestar. En otros casos hemos sido testigos de mujeres que han vivido violencia, sufrimientos y el tener hijos como una obligación más que una elección. Que nuestra historia tenga que ver con la forma en que ejerzamos la maternidad, no quiere decir que repitamos automáticamente lo vivido. Estamos en la capacidad de discernir lo que podemos asociar con bienestar de lo

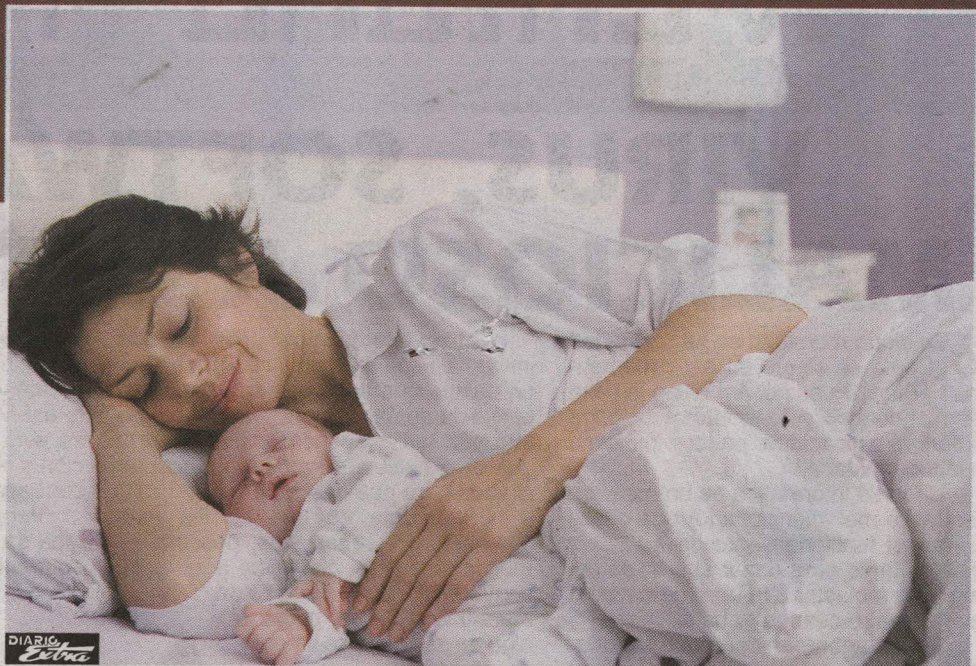
que se asociaría a sufrimiento. Sin embargo hay personas que aprendieron que ser madre o padre implica castigar con golpes a los hijos, o mostrar desinterés para que logren ser independientes, aprendizajes que no necesariamente son correctos pero que vienen marcados por la creencia de que es el camino a seguir.

Frente a este convencimiento, por dicha, las instituciones educativas y la ley dan su aporte para enmarcar los derechos del niño y por ende un factor de guía para los padres.

La mayor dificultad viene dada por sentir la obligación de saber cómo resolver una situación tan nueva como puede ser un primer embarazo y el nacimiento del hijo.

Algunas recomendaciones son:

1. Asuma su rol de madre como un aprendizaje continuo, no de nada por sentado.
2. Acuda a personas de su confianza para manifestar sus dudas y temores.
3. Ser madre puede ser facilitado por alianzas sanas con personas que nos pueden apoyar, sea pareja, familiares o



DIARIO  
*Extra*

4. Si no experimenta todo lo que soñaba que sería la maternidad, no se obligue a sentirse bien, pero si esfuércese por buscar ayuda profesional para replantearse una cotidianidad distinta pero

que le puede acercar a mucho de lo que soñaba.

**Consultorio Privado de Psicología,  
citas al tel.8368-9634.  
San Pedro de Montes de Oca.**