

Fecha: 22-09-2023
Fuente: La Tercera Online
Título: ¿Por qué nos sentimos malas madres?

Visitas: 697.475
VPE: 2.336.541

Favorabilidad: ☐ No Definida

Link: <https://www.latercera.com/paula/por-que-nos-sentimos-malas-madres/>

Tener hijos, criarlos, preocuparse de su desarrollo, que tengan una alimentación balanceada, que se entretengan, que estén seguros y no les falte nada, ya es suficientemente difícil y a veces, agotador. Pero la realidad para muchas es que además de ser madres, son hijas, hermanas, parejas, esposas y trabajadoras. Y todo esto ocurre bajo la lupa de una sociedad con altas expectativas para las mujeres, que en muchas ocasiones “dicen las especialistas” nos hace sentir insuficientes; como si estuviésemos en falta frente a una labor que no logramos hacer bien porque somos “malas madres”. Mala madre llamaron a la actriz Sophie Turner, que recientemente se divorció del papá de sus dos hijas, el cantante de música pop, Joe Jonas.

Mala madre porque, después de tres años de dejar en pausa su carrera como actriz “que iba viento en popa gracias a la popularidad que obtuvo protagonizando la serie Game Of Thrones” para criar a sus hijas pequeñas y apoyar la carrera musical de su marido, volvió a trabajar y dejó a sus dos hijas al cuidado del padre. Esta vez para protagonizar Joan, un drama criminal que está siendo filmado en Inglaterra.

Lecciones de mi mala madre Perdonar a la madre Ser la mamá perfecta Luego del anuncio del divorcio, TMZ, un sitio web estadounidense dedicado a las noticias sobre celebridades, publicó que, según una fuente con “conocimiento directo”, “a ella le gusta la fiesta, a él le gusta quedarse en casa.

Tienen estilos de vida muy diferentes” y que en los últimos tres meses, Joe ha estado cuidando a sus dos hijas pequeñas “prácticamente todo el tiempo”, incluso mientras su banda estaba de gira por Estados Unidos.

La implicación era clara: ella está ausente, se atreve a salir de fiesta y no cuida a sus hijas de tres y un año, mientras que él es el padre responsable que hace lo mejor que puede. Pero en ninguna parte del informe se menciona que Turner en realidad estaba trabajando.

No sabemos cuál es el régimen de cuidados que ambos padres acordaron, pero como siempre se espera que las madres asuman al menos la mitad (más como la mayoría) de la crianza de los hijos, a pesar de los compromisos personales y laborales que haya tenido, la intención de la fuente con “conocimiento directo” es bastante clara. ¿No está físicamente en el mismo lugar que sus hijas y sale de fiesta? Claramente, una mala mamá. ¿Qué es ser “buena madre”? Para la socióloga y directora del Observatorio de Desigualdades de la **Universidad Diego Portales (UDP)**, Martina Yopo, este caso lo que hace es demostrar la prevalencia de importantes desigualdades de género en torno al trabajo reproductivo y de cuidado de los hijos. Y es que la vara para medir lo que es una buena madre y lo que es ser un buen padre sigue siendo muy distinta, asegura.

“Aunque en los últimos años en Chile y en el mundo ha habido una reconfiguración de las expectativas en torno al involucramiento de los padres en el cuidado de los hijos, siguen siendo las mujeres las que cargan con una expectativa mucho más fuerte.

Todavía se espera que estén dedicadas a los hijos, estén preocupadas de su cuidado y estén a cargo del trabajo reproductivo, sólo que ahora, por las transformaciones en torno a los roles de género, también se les exige que salgan a trabajar, que tengan autonomía económica y que contribuyan económicamente a sus familias y hogares”, explica la especialista. El estereotipo de la buena madre ha ido cambiando con los años. Antes, veíamos que las exigencias para serlo eran criar desde la casa, abandonar la carrera profesional y, abnegadamente, sacrificarlo todo por ellos.

Hoy, según Manuela Susaeta, psicóloga perinatal y miembro de la Red Chilena de Salud Mental Perinatal, algunos de esos estereotipos continúan y se suman a los más modernos, como trabajar, mantener una buena carrera, logrando a la vez estar una buena cantidad de horas con sus hijos, preocupada de estar al día en las últimas tendencias en maternidad. Exigencias incumplibles, fracaso asegurado “Estas exigencias comienzan a regir incluso antes de quedar embarazadas o quedando embarazadas. Desde asistir a talleres de parto, estudiar y saber sobre muchas cosas, entender todo sobre crianza respetuosa, parto y apego seguro al revés y al derecho. Es una gran cantidad de aprendizaje el que la madre cree que necesita para sentirse segura, para sentir que lo está haciendo bien”, explica la psicóloga perinatal. Este fenómeno se llama maternidad intensiva y responde a una tendencia que ha surgido en las últimas dos décadas. Para ser “buena madre”, debes destinar altos niveles de dinero, tiempo y energía en el cuidado de los hijos. “Quienes no puedan cumplir con esas expectativas, muchas veces se tienen que ver confrontadas con las críticas, los estigmas y los estereotipos de ser malas madres”, explica la socióloga Martina Yopo. Vivir sintiéndose insuficientes Preocupa cómo estas exigencias no consideran la realidad ni el contexto que está viviendo cada madre. “Es verdad, algunas de estas exigencias son importantes, como en la lactancia.

Aún así, cuando por algún motivo estas exigencias para ser una “buena madre” no pueden ser alcanzadas, como cuando hay un impedimento de salud para que lactancia sea libre demanda, estos objetivos se transforman en ansiedad y estrés”, remarca Susaeta. Investigando sobre maternidad en la sociedad chilena, la directora del Observatorio de Desigualdades de la **UDP** ha observado que una gran cantidad de mujeres están constantemente comparándose con estas normas y expectativas. “Tratar de reconciliar todas estas expectativas es para la mujer una fuente muy importante de malestar. Muchas veces se sienten culpables o agobiadas por la incapacidad de cumplir a cabalidad con todas esas normas. Se sienten en falta, sienten que no son suficientes y eso es algo que afecta a la larga su bienestar de manera importante”, explica Yopo. La culpa, dice la psicóloga perinatal, se ramifica aún más profundo. “Tanto así, que la madre que no siente culpa, no es una buena madre. Una “buena madre” debe siempre sentir culpa porque es imposible cumplirlo todo. Por otra parte, tratar de cumplir con estos cánones afecta directamente los procesos individuales de cada madre a nivel psíquico. Interfiere con su instinto y con su

¿Por qué nos sentimos malas madres?

Vieernes, 22 de septiembre de 2023, Fuente: La Tercera Online

Tener hijos, criarlos, preocuparse de su desarrollo, que tengan una alimentación balanceada, que se entretengan, que estén seguros y no les falte nada, ya es suficientemente difícil y a veces, agotador. Pero la realidad para muchas es que además de ser madres, son hijas, hermanas, parejas, esposas y trabajadoras. Y todo esto ocurre bajo la lupa de una sociedad con altas expectativas para las mujeres, que en muchas ocasiones “dicen las especialistas” nos hace sentir insuficientes; como si estuviésemos en falta frente a una labor que no logramos hacer bien porque somos “malas madres”. Mala madre llamaron a la actriz Sophie Turner, que recientemente se divorció del papá de sus dos hijas, el cantante de música pop, Joe Jonas. Mala madre porque, después de tres años de dejar en pausa su carrera como actriz “que iba viento en popa gracias a la popularidad que obtuvo protagonizando la serie Game Of Thrones” para criar a sus hijas pequeñas y apoyar la carrera musical de su marido, volvió a trabajar y dejó a sus dos hijas al cuidado del padre. Esta vez para protagonizar Joan, un drama criminal que está siendo filmado en Inglaterra. Lecciones de mi mala madre Perdonar a la madre Ser la mamá perfecta Luego del anuncio del divorcio, TMZ, un sitio web estadounidense dedicado a las noticias sobre celebridades, publicó que, según una fuente con “conocimiento directo”, “a ella le gusta la fiesta, a él le gusta quedarse en casa. Tienen estilos de vida muy diferentes” y que en los últimos tres meses, Joe ha estado cuidando a sus dos hijas pequeñas “prácticamente todo el tiempo”, incluso mientras su banda estaba de gira por Estados Unidos. La implicación era clara: ella está ausente, se atreve a salir de fiesta y no cuida a sus hijas de tres y un año, mientras que él es el padre responsable que hace lo mejor que puede. Pero en ninguna parte del informe se menciona que Turner en realidad estaba trabajando. No sabemos cuál es el régimen de cuidados que ambos padres acordaron, pero como siempre se espera que las madres asuman al menos la mitad (más como la mayoría) de la crianza de los hijos, a pesar de los compromisos personales y laborales que haya tenido, la intención de la fuente con “conocimiento directo” es bastante clara. ¿No está físicamente en el mismo lugar que sus hijas y sale de fiesta? Claramente, una mala mamá. ¿Qué es ser “buena madre”? Para la socióloga y directora del Observatorio de Desigualdades de la **Universidad Diego Portales (UDP)**, Martina Yopo, este caso lo que hace es demostrar la prevalencia de importantes desigualdades de género en torno al trabajo reproductivo y de cuidado de los hijos. Y es que la vara para medir lo que es una buena madre y lo que es ser un buen padre sigue siendo muy distinta, asegura. “Aunque en los últimos años en Chile y en el mundo ha habido una reconfiguración de las expectativas en torno al involucramiento de los padres en el cuidado de los hijos, siguen siendo las mujeres las que cargan con una expectativa mucho más fuerte. Todavía se espera que estén dedicadas a los hijos, estén preocupadas de su cuidado y estén a cargo del trabajo reproductivo, sólo que ahora, por las transformaciones en torno a los roles de género, también se les exige que salgan a trabajar, que tengan autonomía económica y que contribuyan económicamente a sus familias y hogares”, explica la especialista. El estereotipo de la buena madre ha ido cambiando con los años. Antes, veíamos que las exigencias para serlo eran criar desde la casa, abandonar la carrera profesional y, abnegadamente, sacrificarlo todo por ellos. Hoy, según Manuela Susaeta, psicóloga perinatal y miembro de la Red Chilena de Salud Mental Perinatal, algunos de esos estereotipos continúan y se suman a los más modernos, como trabajar, mantener una buena carrera, logrando a la vez estar una buena cantidad de horas con sus hijos, preocupada de estar al día en las últimas tendencias en maternidad. Exigencias incumplibles, fracaso asegurado “Estas exigencias comienzan a regir incluso antes de quedar embarazadas o quedando embarazadas. Desde asistir a talleres de parto, estudiar y saber sobre muchas cosas, entender todo sobre crianza respetuosa, parto y apego seguro al revés y al derecho. Es una gran cantidad de aprendizaje el que la madre cree que necesita para sentirse segura, para sentir que lo está haciendo bien”, explica la psicóloga perinatal. Este fenómeno se llama maternidad intensiva y responde a una tendencia que ha surgido en las últimas dos décadas. Para ser “buena madre”, debes destinar altos niveles de dinero, tiempo y energía en el cuidado de los hijos. “Quienes no puedan cumplir con esas expectativas, muchas veces se tienen que ver confrontadas con las críticas, los estigmas y los estereotipos de ser malas madres”, explica la socióloga Martina Yopo. Vivir sintiéndose insuficientes Preocupa cómo estas exigencias no consideran la realidad ni el contexto que está viviendo cada madre. “Es verdad, algunas de estas exigencias son importantes, como en la lactancia. Aun así, cuando por algún motivo estas exigencias para ser una “buena madre” no pueden ser alcanzadas, como cuando hay un impedimento de salud para que lactancia sea libre demanda, estos objetivos se transforman en ansiedad y estrés”, remarca Susaeta. Investigando sobre maternidad en la sociedad chilena, la directora del Observatorio de Desigualdades de la **UDP** ha observado que una gran cantidad de mujeres están constantemente comparándose con estas normas y expectativas. “Tratar de reconciliar todas estas expectativas es para la mujer una fuente muy importante de malestar. Muchas veces se sienten culpables o agobiadas por la incapacidad de cumplir a cabalidad con todas esas normas. Se sienten en falta, sienten que no son suficientes y eso es algo que afecta a la larga su bienestar de manera importante”, explica Yopo. La culpa, dice la psicóloga perinatal, se ramifica aún más profundo. “Tanto así, que la madre que no siente culpa, no es una buena madre. Una “buena madre” debe siempre sentir culpa porque es imposible cumplirlo todo. Por otra parte, tratar de cumplir con estos cánones afecta directamente los procesos individuales de cada madre a nivel psíquico. Interfiere con su instinto y con su

capacidad para tomar decisiones propias, de poder elegir lo que es lo mejor para ella, su familia y su bebé. Le obstaculiza poder explorar su maternidad de una manera más amable y más compasiva por estar siempre tratando de correr para alcanzar el objetivo que la cultura le ha impuesto. Aunque cada día somos más conscientes, esto nos agobia y sobrepasa", concluye la psicóloga Manuela Susaeta.