

Los cinco tipos de madres y su influencia emocional



El vínculo establecido con la madre determina la visión que una persona tiene de sí misma y de los demás. Descubre cómo influyen los diferentes tipos de madres en la personalidad de sus hijos.

¿Cometes un pequeño error y te sientes absolutamente fracasado? ¿Sientes una gran dependencia emocional hacia tu pareja? O, por el contrario, ¿evitas a toda costa el compromiso? ¿Tienes una dificultad extrema para tomar decisiones? Las situaciones anteriormente mencionadas son experimentadas a diario por muchas personas. Y, aunque pueda parecer sorprendente, son el resultado de nuestras vivencias infantiles y de los diferentes tipos de madres con los que crecemos.

Esta es la conclusión a la que llega el psicólogo norteamericano Stephan Poulter en su libro *The mother factor*:

How your mother's emotional legacy impacts your life. **La influencia del vínculo que establecemos con nuestra madre es patente incluso en nuestra vida adulta y se refleja en nuestras fortalezas y debilidades**, en nuestra autoestima y en el modo en que nos relacionamos con otras personas.

Así, los cinco tipos de madres descritos en esta obra presentan unas características propias y transmiten un legado diferente a sus descendientes. Veamos más a continuación.

Los cinco tipos de madres

Según el autor, existen cinco categorías que recogen a la gran mayoría de las madres. **Si bien es cierto que generalmente conviven características de varios tipos, uno suele ser el predominante.** Son los siguientes.

Madre perfeccionista

Estas madres **son controladoras y ansiosas, personas para quienes las apariencias son realmente importantes.** Su objetivo es que sus hijos y su familia parezcan perfectos a ojos del mundo.

Estas actitudes **llevan a los hijos a ser hipercríticos consigo mismos, a sentirse constantemente insuficientes e inadecuados.** Suelen tener un gran miedo a la crítica y el rechazo de los demás, pero al mismo tiempo tienden a juzgar a otros. Pueden ser personas muy exigentes que no se permiten cometer errores y no toleran la frustración.

Madre impredecible

Se trata de mujeres que **aplican un estilo de crianza caótico, basado en el estado emocional en el que se encuentran cada día.** No saben manejar sus emociones y dejan que estas afecten al modo en que interactúan con sus hijos.

Por su lado, estos desarrollan un apego ambivalente y **crecen en un constante estado de alerta** que les obliga a aprender a leer los estados emocionales maternos a fin de saber qué esperar.

Esta ansiedad se replica en el resto de sus relaciones, por lo que **son personas temerosas e incapaces de confiar en que el afecto de los otros será estable**. Además, tienden a tener reacciones emocionales exageradas ante asuntos aparentemente triviales.

Madre mejor amiga

No establecen límites, comparten confidencias e incluso ropa con sus hijos y se comportan como una igual. **En lugar de asumir su rol de adultas responsables dejan a los hijos sin esa figura de autoridad** e, incluso, les cargan con la responsabilidad de ser ellos los adultos y cuidadores.

Los niños pueden crecer sintiéndose abandonados o desamparados y en sus relaciones adultas experimentarán un gran miedo al rechazo y una tendencia a sentirse poco amados. Además, **es probable que se involucren en relaciones desequilibradas** donde tenga que asumir el rol de cuidador de nuevo.

Madre “yo primero”

Madres centradas en sí mismas, egoístas y tendentes a otorgar a sus hijos un lugar secundario. Los niños crecen sintiendo que su papel es cumplir los deseos y necesidades de su madre y que esta tiene la verdad, por lo que sus opiniones son inválidas y poco importantes. La falta de apoyo emocional recibido les lleva a dudar de sí mismos y de sus propias capacidades.

Madre completa

Este podría considerarse el estilo ideal de madre, del que solo gozan aproximadamente un 10 % de los hijos. Se trata de **mujeres equilibradas, amorosas, pero capaces de guiar y establecer límites.**

Debido a que se ha fomentado el desarrollo de la autonomía y de la individualidad, estos niños crecen con un buen autoconcepto, sintiéndose amados y seguros de sí mismos. Por tanto, **son capaces de correr riesgos, adaptarse al cambio y establecer relaciones saludables.**

Todos los tipos de madres fomentan el desarrollo de fortalezas

La anterior visión puede resultar un tanto pesimista en la medida en que solo un pequeño porcentaje de personas parecen poder disfrutar de los beneficios de una crianza adecuada y un apego seguro. Sin embargo, cabe resaltar que **todos los tipos de madres, y los distintos contextos educativos que generan, contribuyen a crear fortalezas en sus hijos.**

Por ejemplo, los hijos de madres perfeccionistas resultan responsables y perseverantes en el trabajo, los de las madres impredecibles tienen una gran capacidad empática y los criados con una madre mejor amiga son adultos resolutivos y capaces de tomar la iniciativa.

En suma, si bien no podemos modificar las condiciones de nuestra infancia, tenemos la capacidad de extraer valiosas herramientas y aprendizajes de aquellas circunstancias. Todos poseemos fortalezas y es nuestra decisión sacar provecho de ellas o quedarnos anclados en lo que pudo ser.

Fuente: [lamenteesmaravillosa](#).