

SUEGRAS Y NUERAS

LA ARMONÍA ES POSIBLE



Que nuera y suegra suelen llevarse mal no es una novedad. Pero, pese a su serio potencial para emponzoñar el ambiente familiar, esta relación ha sido poco estudiada. La psicóloga Terri Apter da claves para entender la postura de ambas mujeres y buscar una mayor armonía. Y subraya que la relación es cosa de tres: el hombre del conflicto no puede inhibirse.

Texto de **Eva Millet**
Ilustraciones de **Flavio Morais**

La primera vez que su suegra invitó a comer a Ana, le sirvió filete a su hijo y a ella, unas tostadas. A Julia, su suegra le manda “desde el día en que me conoció” y tiende a comparar a su hijo con sus dos nietos, “siendo el suyo mucho mejor que mis hijos”, dice Julia. A Mari Carmen, su suegra jamás dejó de recordarle sus orígenes humildes. María ya no visita a la madre de su marido desde que esta empezó a hablar mal de ella a las hijas de María.

Los agravios también se dan en el sentido inverso. Hay nueras que utilizan a los nietos como arma, restringiendo o impidiendo el acceso a ellos a los padres de su marido. Otras boicotean planes familiares, se comportan como adolescentes rebeldes ante la suegra, jamás le agradecen nada o tratan de poner al marido en contra de la madre.

Los testimonios, desde ambos frentes, son una buena muestra de que, en el siglo XXI, la relación suegra-nuera aún navega por aguas turbulentas. Pese a la evolución de la sociedad y de la familia, en esta relación, las cosas no parecen muchas veces haber cambiado demasiado. La tensión entre estas dos mujeres parece eterna, aunque, extrañamente, hay poca bibliografía sobre el tema.

La psicóloga Terri Apter detectó este vacío cuando, de recién casada, empezó a tener problemas con la madre de su marido. “Las dinámicas entre suegra y nuera no han sido demasiado estudiadas”, confirma esta psicóloga de la Universidad de Cambridge, que lleva veinte años especializada en relaciones familiares. “Y cuando empecé a estudiarlas me quedé parada al descubrir la magnitud del problema: más del 60% de las mujeres afirman que la relación con su suegra les causa estrés e infelicidad y afecta a su matrimonio”, explica.

El fruto de su investigación es *What Do You Want from Me* (¿qué quieres de mí?), un libro publicado en Gran Bretaña donde analiza las causas de esta relación tormentosa y da claves para mejorarla.

Claves que pueden ser universa-

les, porque Apter ha comprobado que este malestar atraviesa fronteras. En Chile, un estudio indicó que también casi el 60% de las mujeres tenían problemas con su suegra o su nuera. En Italia, cuando a principios de la recién acabada década los índices de divorcio se incrementaron en un 45%, una comisión gubernamental descubrió que en casi un tercio de los casos la causa de la ruptura eran las tensiones con los suegros (mayoritariamente, entre las dos féminas).

La mala prensa acompaña a esta relación en sociedades muy variadas. Suele ir dirigida a la figura de la suegra, que es objeto de comentarios negativos que actúan casi como una condena cultural. “Son detalles que ya predisponen a las mujeres contra el rol de la suegra”, sostiene Apter. Añade que esta relación no tiene por qué estar condenada al fracaso: “Como mínimo, un 10% de las personas que me contactaron para mi estudio lo hicieron para asegurar que se llevaban muy bien con sus suegros o sus nueras”, revela.

Sin embargo, el conflicto suele ser habitual. “El matrimonio aporta extraños a la familia, alguien que, a partir de ese momento, va a ser la persona más cercana del hijo –explica Apter–. Esta nueva presencia despierta en la suegra preguntas difíciles, como si su estatus en la familia se verá amenazado, si la nuera será capaz de cuidar bien a su hijo y si su relación con él cambiará.”

La mujer joven también tiene sus dudas y se encontrará con no pocas sorpresas. La principal: que su suegra puede desafiar su intimidad, influencia y estatus con su marido. “Pese a los cambios sociales –cuenta Apter–, muchas mujeres todavía consideran que su valía está ligada a sus roles en la familia, donde la cercanía, el respeto y la influencia son especialmente importantes.”

Por ello, las visitas a casa de una y otra, las vacaciones conjuntas, las fiestas familiares..., la convivencia, en definitiva, hace que estos valores se pongan a prueba y aparezca la competitividad: la chispa que desata las tormentas. Una chispa que, a menudo, surge porque alguna de las dos se siente amenazada.

La inseguridad es para la psicóloga británica otro de los aspectos que deterioran las relaciones: “A veces, las dos mujeres se sienten inseguras y les preocupa que la otra la desautorice o la critique. Por ello, se tratan con actitudes prepotentes”. En ocasiones, lo que enciende el conflicto es algo tan sencillo como que no hay lugar para dos *divas* en la familia: “Sí –corroborra Apter–, a veces, suegras y nueras pueden reclamar de una forma agresiva su puesto de *hembra alfa* en la familia.”

Estas tensiones hacen que, a veces, las nueras adopten comportamientos propios de adolescentes. “Es totalmente cierto –coincide Lucía, una traductora casada y con dos hijas–. Yo lo he vivido: después de emanciparme de mi madre me encontré con otra señora, mi suegra, con la que tuve que librar las mismas batallas de afirmación. Como si tuviera que marcar mi territorio otra vez. ¡Era como una adolescente rebelde!”, recuerda.

Y, en medio de todo, está el hijo. A menudo, incapaz de poner paz porque, como descubrió la psicóloga Terri Apter, cuando hay conflicto el hombre suele ponerse del lado de la madre. “Jamás he contado con mi marido como aliado cuando he discutido con mi suegra: cuando se trata de su madre él, simplemente, no razona”, señala Lucía. Julia tiene muy claro que si rompe con su suegra, rompe con su esposo. ¿Es entonces más fuerte el vínculo con la madre que con la pareja? “Yo creo que ambos son fuertes –asegura la →

A la suegra y a la nuera les surgen dudas e inseguridades y a menudo el hombre es incapaz de poner paz en las desavenencias

Relación a tres bandas

En su libro, *What Do You Want from Me* (Ed. WWNorton), la psicóloga Terri Apter da unas claves para evitar problemas. Hay que tener una estrategia, porque la de ignorar los comentarios no funciona.

Para la suegra

- No juzgar de inmediato a la nuera. Se necesita tiempo para conocer a una persona.
- No esperar ser la única que pone las normas en la familia. Ella también tendrá las suyas.
- No demostrar favoritismos. No hay nada malo en querer más al hijo que a la nuera, pero minimizar los logros de esta generará conflictos.
- Aceptar que la nuera puede tener ideas distintas sobre cómo educar a los hijos.
- Tratar de ser cariñosa: muchas nueras se quejan de la falta de afecto.

Para la nuera

- Tratar de expresar que se valora lo que la suegra aporta a la familia.
- Demostrar interés por ella: es un mensaje de bienvenida, de no sentirse amenazada.
- Es más fácil poner límites si se han establecido conexiones previas, pero, si hay que marcar el territorio, hacerlo de forma positiva (como: "Este domingo no va bien que vengáis, pero ¿por qué no el próximo?").
- Facilitar el acceso a los nietos, pues libra de mucha ansiedad a los suegros.
- La clave (tanto para la nuera como para la suegra) es convertir la competición en colaboración.

Para el hijo/pareja

- Evitar la estrategia de no involucrarse: se puede tener varias lealtades sin que ello implique lealtades divididas.
- Elogiar a la mujer y mostrarse cariñoso con ella en presencia de los padres.
- No admitir críticas hacia la mujer de forma firme y educada. La pareja tiene menos posibilidades de disgustarse con la suegra si sabe que él la apoya.
- A la vez, tranquilizar a la madre, demostrándole que tener pareja no implica romper con su familia.
- Facilitar el acceso a los nietos, así los padres no verán a la nuera como la única que decide.



→ psicóloga británica-, pero los hombres son menos hábiles a la hora de mantener dos relaciones distintas, en especial si son tan importantes como la de hijo y la de marido."

Es difícil mantener un equilibrio. En opinión de María, un ama de casa que tiene tres nueras, ese equilibrio está destinado a fracasar. "Porque lo que en el fondo está en disputa en este triángulo no es el poder, sino el afecto", dice. "Y aunque el afecto a la madre y a la pareja no tienen nada que ver, ambas mujeres lo confunden y, además, quieren monopolizarlo."

Vista de forma objetiva, esta relación entre madre e hija política no tendría que ser tan complicada. Al fin y al cabo, el punto de partida no es malo: las nueras han escogido al hombre que su suegra ha criado, así que no lo habrá hecho tan mal. Y él ha escogido a esa mujer. "Sí, hay razones por las que estas dos mujeres deberían ser amigas", apunta Apter.

Pero la ansiedad parece un escollo insalvable, tanto por parte de la suegra, que sufre por la pérdida del hijo y por lo que le sucederá a su rol de mujer más importante en la familia, como por la nuera, que espera ser la mujer más importante para su marido y respetada y querida, pero, a la vez, que la dejen en paz y hacer a su manera.

Para Terri Apter, el rol del hombre en conflicto es crucial para llegar al entendimiento entre las dos mujeres: "Porque es él quien puede interceptar los problemas si reafirma a sus madres (y padres) que son todavía una parte muy importante de su vida, pero, a la vez, les demuestra que ahora su conexión principal es su mujer", concluye. El marido debe saber que inhibirse no da buenos resultados y que la relación suegra- nuera también es cosa suya. ◯

73 x 273 mm