

# Historias de Vida. Más allá de la monomarentalidad

*Concha*

*Lucía*

*Sara*

*Carmen*

*Laura*

*Elena*

*Charo*

*Jandra*

*Mari*

*Verónica*

*Ana*

*Lydia*

*Itziar*

*Rosa*

*Diana*

*Marilyn*

*Pilar*

*Gema*

**fams**  
familias monomarentales



**Instituto** de las  
**MUJERES**

## ***HISTORIAS DE VIDA. MÁS ALLÁ DE LA MONOMARENTALIDAD***

**Estudio realizado por:**

**Federacion de Asociación de Madres Solteras – FAMS**

**Autoras:**

**Violeta Assiego Cruz**

**Hebe Bonilla Rodríguez**

**Paloma de Uribe Gil**

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCION</b> .....	3
<b>1. «YO CRÍO SOLA»: UNA MATERNIDAD DIFERENTE</b> .....	5
1.1. LA MATERNIDAD MONOPARENTAL: DE LA IDEALIZACIÓN DE SER MADRE A LA REALIDAD DEL RIESGO DE LA EXCLUSIÓN SOCIAL.....	5
1.2. LAS OTRAS VIOLENCIAS INVISIBLES A LAS MUJERES QUE SON MADRES EN SOLITARIO .....	8
1.3. SUPERAR LOS VIEJOS PARADIGMAS DEL MODELO TRADICIONAL DE FAMILIA .....	17
1.4. SIGNIFICADOS COMUNES Y CARACTERÍSTICAS PARTICULARES EN LAS DIFERENTES FORMAS DE ACCESO A LA MONOMARENTALIDAD .....	19
1.5. UNA CRIANZA EN POSITIVO, FEMINISTA Y TAMBIÉN LLENA DE SOBRECARGA .....	22
<b>2. «YO SOY»: EL RETO DE RESIGNIFICARSE COMO MUJERES COMPLETAS</b> ..	29
2.2. DIFERENCIADAS EN SUS ENTORNOS: LA ESTIGMATIZACIÓN DE LA SOLEDAD .....	31
2.3. EL AUTOCUIDADO: DEL SACRIFICIO AL AMOR PROPIO .....	33
2.4. NARRACIONES PROPIAS: ENTRE LA CULPA Y EL ORGULLO.....	36
<b>3. «YO QUIERO»: HERRAMIENTAS PARA EL EMPODERAMIENTO</b> .....	41
3.1. LA PROPIA ESTRUCTURA DE MONOPARENTALIDAD .....	41
3.2. REDES DE APOYO Y DE CUIDADOS .....	44
3.3. APOYO EMOCIONAL Y ESPECIALIZADO .....	46
3.4. AYUDAS SOCIALES .....	47
3.5. ASOCIACIONISMO .....	48
<b>4. «YO PUEDO»: ESTRATEGIAS DE RESISTENCIA Y RESILIENCIA</b> .....	55
<b>5. CONCLUSIONES:</b> .....	61
En relación con la maternidad monomarental:.....	61
En relación con las mujeres que crían solas: .....	62
En relación con la participación activa de las familias monoparentales:.....	62
En relación con la igualdad de todas las familias: .....	63
<b>6. ANEXO</b> .....	64

## INTRODUCCION

El trabajo de elaboración del documento *HISTORIAS DE VIDA. MÁS ALLÁ DE LA MONOMARENTALIDAD* se ha realizado desde un enfoque cualitativo y de tipo descriptivo de sus vivencias para guiar el análisis de las narrativas de madres solas participantes. A tal efecto, se hace uso de instrumentos como cuestionarios, entrevistas semiestructuradas (individuales y grupales) y rastreo de noticias, literatura académica y testimonios de las profesionales pertinentes al efecto de recabar los datos necesarios para el análisis cualitativo.

Hablar de monomarentalidad es mucho más que hablar de una familia, es hablar de mujer, de las políticas que afectan a sus vidas, de cómo son subordinadas o no y a qué factores y de qué lugar ocupan sus derechos y las de sus hijas e hijos en el diseño de las políticas públicas.

El hecho de que el 81,9% de las familias monoparentales esté encabezada por mujeres obliga a tener presente de forma ineludible cómo la situación histórica de las mujeres influye en el tratamiento que las familias monomarentales reciben y en las políticas y leyes de nuestro país.

Desde la Federación de Asociaciones de Madres Solteras, tras años de coordinación de la Red Estatal de Entidades de Familias Monomarentales presente en doce Comunidades Autónomas, hemos detectado la necesidad de un espacio donde las familias monomarentales compartan sus experiencias, a través del relato de historias de vida de sus integrantes, y que esto sirva como baluarte de la monomarentalidad.

Esta situación nos dio pie a presentar al Instituto de las Mujeres este proyecto, en el que se abrieron espacios de conversación y diálogo entre mujeres que encabezan las familias monomarentales, con la finalidad de que desde estos lugares reflexionasen y compartiesen sus episodios vitales de cara a la adquisición de conocimientos, prácticas y habilidades que les sirvan para garantizar el avance y la consolidación de sus derechos como mujeres y así mejorar su calidad de vida.

Como objetivo de estudio para este proyecto, nos propusimos identificar y analizar qué barreras y oportunidades encuentran las mujeres en su contexto vital y desde su situación de monomarentalidad en relación con procesos de liderazgo y empoderamiento.

El análisis de la capacidad de agencia y empoderamiento de las mujeres se ha realizado desde tres niveles de empoderamiento: personal, relaciones cercanas y colectivo. Como señala Rowlands, la dimensión personal apunta a la construcción de la confianza a partir del reconocimiento de las propias capacidades; la dimensión de las relaciones cercanas tiene que ver con la forma de generar vínculos valiosos; y la dimensión de lo colectivo implica la apertura al trabajo con otros actores (Meza-Ojeda et al., 2002; Rowlands, 1997).

El empoderamiento de las mujeres no viene dado por una evolución lineal ni constante, sino que se trata de un proceso que se construye desde la propia lógica

de cada una de las mujeres y la propia dinámica del grupo, por lo que cada participante ha entendido y vivenciado de forma diferente el proceso de cambio.

Para dar una lógica dentro de los discursos y narrativas que recogimos establecimos una serie de ejes que nos sirvieran como guía:

- Discurso, práctica y condiciones de la maternidad: analizar la huella que deja la herencia de aprendizajes, conocimientos, percepciones y prácticas culturales basados en un modelo de familia tradicional.
- Construcción biográfica de las experiencias de género: nuevos saberes y aprendizajes como mujeres desde la maternidad en solitario como experiencia vital desde sus estrategias de afrontamiento de las necesidades, conciliación y transformación de las situaciones que las discriminan y perjudican.
- Proceso de empoderamiento: construcción y posicionamiento en espacios privados y públicos, pasar de lo individual a lo colectivo, crear redes de apoyo familiares, asociativas, vecinales..., dialogar y negociar para tomar decisiones acerca de su vida, ser partícipes y realizar cambios positivos en esta.
- Claves de vida: la mejora en las condiciones objetivas, la capacitación recibida y la adquisición de competencias debe ser acompañada de una mirada esperanzadora con respecto al futuro.

El método que se ha utilizado hace énfasis en lo individual y en la experiencia subjetiva de las madres para, a partir de esta descripción de su experiencia vital, comprender la situación colectiva de las mujeres que encabezan las familias monoparentales. Posteriormente, se encuadra su relación con la realidad social de este modelo familiar en España y en el contexto actual.

Del estudio en profundidad de las transcripciones de estas entrevistas a las madres y a profesionales que las han acompañado hemos extraído el siguiente análisis:

#### 1. «Yo crío sola»: Una maternidad diferente

En este apartado se analiza el discurso, práctica y condiciones de la maternidad, analizando la huella que deja la herencia de aprendizajes, conocimientos, percepciones y prácticas culturales basada en un modelo de familia tradicional.

#### 2. «Yo soy»: El reto de resignificarse como mujeres completas

En este apartado se analiza la construcción biográfica de las experiencias de género que hacen las propias mujeres y cómo incorporan los nuevos saberes y aprendizajes desde la maternidad en solitario, así como cuáles son sus estrategias de afrontamiento y transformación de las situaciones que las discriminan y perjudican.

#### 3. «Yo quiero»: Herramientas para el empoderamiento

En este apartado se analiza el proceso de empoderamiento desde la construcción y posicionamiento, tanto en espacios privados como públicos, pasando de lo individual a lo colectivo.

#### 4. «Yo puedo»: Estrategias de resistencia y resiliencia

En este apartado se analizan los recursos de afrontamiento utilizados ante la vivencia de ser madre sola.

# 1. «YO CRÍO SOLA»: UNA MATERNIDAD DIFERENTE

## 1.1. LA MATERNIDAD MONOPARENTAL: DE LA IDEALIZACIÓN DE SER MADRE A LA REALIDAD DEL RIESGO DE LA EXCLUSIÓN SOCIAL

El concepto de maternidad, como señala Irati Fernández Pujana<sup>1</sup>, no solo ha ido construyéndose respondiendo a diversos elementos sociales y culturales e incluso a diversos intereses políticos e ideológicos bajo parámetros patriarcales, sino que la propia experiencia de maternidad es un proceso que se va construyendo de muy diversas maneras por parte de las mujeres, un aprendizaje en función de variables como el contexto sociohistórico, la etnia, la clase social... En el caso de la maternidad monoparental descrita por los relatos de las historias de vida de dieciocho mujeres, se observa como las mujeres que están criando en solitario por circunstancias sobrevenidas reflejan en su relato una maternidad consciente y comprometida, mientras que por parte de aquellas que han tomado la elección de ser madres ésta se ve, además, permeada por una concepción más idealizada de la maternidad.

La maternidad no deja de ser parte de los discursos más tradicionales y patriarcales sobre cómo para ser una mujer completa es necesario conformar una familia, sobre la identidad femenina. Es en esta idea de familia tradicional donde confluyen varios mitos: el del amor romántico, el matrimonio (heterosexual) y el deseo de ser madre. Sin embargo, si algo caracteriza la maternidad monoparental es que rompe con parte de ese mandato social de «esposa y madre» cuando la maternidad deja de ser una obligación de la esposa y pasa a ser una elección de la mujer, una decisión que esta toma al margen del hombre, del mandato patriarcal. Si bien, esta idea está presente en la construcción de esa maternidad como triunfo de un proyecto personal que se lleva a cabo al no ser posible en un proyecto de pareja.

*«Yo tenía muy claro que iba a ser madre con o sin pareja, y se dio justo la casualidad de que fue sin pareja. Pero no, no era primordial tener pareja para ser madre. Lo primero era ser madre, se dieran las circunstancias que se dieran. Si coincide con pareja, estupendo. Si coincidía sin pareja, pues estupendo también. ¿Si volvería a hacer lo mismo? Sí.» (Elena)*

*«Yo siempre me vi madre yo sola, así sin pareja. Tuve parejas y estaba con chicos y siempre pensaba en tener yo la niña o el niño, bueno, yo sola. No sé por qué motivo, pero bueno, siempre me planteé la maternidad teniéndola yo sola y para mí lo más difícil fue el trabajo. Yo lo habría hecho antes. Ahora me da pena y digo: “Lo tenía que haber hecho mucho antes, no haber esperado tanto”.» (Laura)*

La monomarentalidad, de esta forma, termina planteando a nivel social otro modelo de familia en el que las mujeres son dueñas de su vida y funcionan desde la autonomía. Aunque son muy pocas las mujeres que se imaginaban siendo madres en solitario en un inicio.

---

<sup>1</sup> FEMINISMO Y MATERNIDAD: ¿UNA RELACIÓN INCÓMODA? Conciencia y estrategias emocionales de mujeres feministas en sus experiencias de maternidad. Irati Fernández Pujana. 2014.



*«Tal y como nos han educado siempre pensé, di por hecho, que iba a ser madre en algún momento, ¿no? Desde que era pequeñita pues lo típico de: “me casaré y tendré hijos”. Eso ya tiene que ver con la construcción social, ¿no? Nunca me había planteado ser madre sola y ni conocía los procesos de fecundación..., de fertilidad. No conocía nada porque jamás me lo había planteado y decidí por lo menos informarme. Y luego se fue acercando el momento. No he llegado nunca a tener una pareja que me haya llenado y no han sido relaciones del todo buenas. Se empieza a acercar la edad de los 30-35 y me doy cuenta de que es posible que no llegue a tener una pareja en la edad de tener hijos. Empecé a sentirme muy plena en otros aspectos. Todos los sueños que tenía, menos ser madre, los había hecho realidad. Entonces la decisión de ser madre la tomé desde la plenitud.» (Ana)*

*«Para mí no tiene nada que ver con la idea que tenía. Mi idea era tenerlo con mi pareja, criarlo los dos juntos y tener lo que se dice una familia tradicional. Esa era mi idea y al final las circunstancias te llevan por otros caminos.» (Mari)*

El deseo de ser madre, cuando la maternidad ha sido por elección, ocupa un lugar principal en el relato de las mujeres dejando al margen la expectativa social de ser madre en pareja al no encontrar en esta relación el contexto favorable para esa maternidad deseada. De esta forma, la maternidad es un proyecto individual al que no renuncian y que, lejos de ser visto por ellas como una carga, es parte de un anhelo vital, de su autorrealización personal.

*«Yo siempre tuve claro que iba a ser mamá y también que me iba a dar igual si con pareja o sin pareja y al final sucedió sin pareja. Me imaginaba una maternidad dura, me imaginaba que no iba ser fácil y, sorprendentemente, la maternidad, bien. Lo más duro fue el trabajo.» (Ana)*

*«Yo no tenía una idea preconcebida de lo que es ser madre. Yo sabía que quería ser madre, pero otras amigas mías, por ejemplo, de mi entorno, sí habían valorado mucho los cambios en su vida, los pros, los contras. Yo simplemente sabía que quería ser madre, pero no me había parado a plantearme en qué iba a cambiar mi vida la maternidad. Ni siquiera estando embarazada me planteaba nada de eso. Yo era muy feliz porque estaba cumpliendo lo que yo quería en mi vida, que era ser madre, e iba a ir afrontando las cosas según fuesen viniendo, sin más. Y la verdad que estoy muy feliz y muy contenta.» (Diana)*

*«Yo tenía ganas de ser madre hace muchísimo tiempo y no me planteé en ningún momento qué va a ser mejor, qué va a ser peor con el tema de la maternidad. Sin tener una expectativa, para mí, la ha superado; sin tenerla. Es muy positivo y da igual que pasen noches que duermas poco, que una sonrisa de mi niña es que me da... vamos, es lo mejor del mundo.» (Concha)*

*«Cuando echo la vista atrás sí que puedo decir que ha habido diez años de mi vida tranquilamente que han estado totalmente condicionados por el deseo de ser madre. Y cuando digo condicionada me refiero a tener parejas que no hubiera sostenido en el tiempo y que ahora desde luego ni me plantearía tener aferrándome al hecho de poder ser madre. Hasta que ya hay un momento en el que realmente hay un cruce eléctrico dentro de mi cabeza ahí diciendo: “¿qué estoy haciendo? ¿qué hago aquí aguantando con esta pareja si, claramente, esto no va a ningún sitio?” Y ahí ya, dejando la pareja, luego ya me planteé ser madre sola y empecé a buscar información.» (Pilar)*

Esa ruptura con el modelo tradicional de familia se ve con total claridad en los relatos de aquellas mujeres que son madres por elección. Su maternidad en solitario

es consecuencia de una toma de decisiones planificada y premeditada, donde el hecho de no estar en pareja deja de ser un obstáculo a la hora de ser madre, siendo la edad la que juega un factor determinante para dar el paso de ser madres.

*«Si no tengo la opción de la pareja, pues sin pareja. Entonces decidí ser madre sin pareja. Es verdad que te pesa que no es lo mismo tener hijos con 42 que tener hijos con 22. Pero bueno, que yo no cambio mi vida por nada del mundo. Pero es verdad que yo tenía unas prioridades. Y luego ya cuando las cumplí, dije: "Bueno, pues ahora sí quiero tener hijos". Pues nada, ya tengo tres.» (Itziar)*

*«Yo realmente no hubiese elegido la maternidad en solitario como primera opción, lo que pasa es que mis relaciones personales sentimentales nunca fueron un éxito. Siempre tuve la intención de ser madre, el deseo de ser madre y, pues, lo que nos pasó a todas, ¿no? O a muchas. Llega el momento, se te echan los años encima y tienes que tomar la decisión. Fue un proceso muy duro para mí.» (Rosa)*

*«Siempre tuve claro que quería ser madre. Yo lo intenté por distintos caminos. No pudo ser. Mi momento vital, laboral, profesional, administrativo..., porque de hecho yo estaba ilegal y una serie de cosas que me pasaron como inmigrante hicieron que no pudiera ser de la manera convencional. Entonces yo dije: "Bueno, vamos a por ello. Yo quiero ser madre". La pareja, lo entendí viviéndolo en carne propia que la pareja podría ser circunstancial, pero la maternidad no. Es decir, yo quería ser madre y la pareja luego vendría y se sumaría o no... Ya veríamos, pero mi proyecto de maternidad lo tenía muy claro como un proyecto mío como mujer y fui a por ello. Así fue la decisión.» (Verónica)*

Mientras, aquellas otras madres en las que su maternidad en solitario no ha sido producto de esa decisión personal sino fruto de una circunstancia sobrevenida, si bien se observa que hay una opción decidida de asumir la maternidad sin depender de otra figura parental también hay una experiencia de duelo personal. Es en estos casos donde el propio relato deja de recurrir a la idealización de la maternidad y proyecta una experiencia donde la ruptura de pareja marca el relato personal de la mujer.

*«La maternidad es muy diferente al concepto que yo tenía. Yo vengo de una familia de cuatro hermanos con papá y mamá juntos. Y bueno, yo cuando decidí migrar no estaba el plan de ser mamá. Pero llegó mi bebé y pues bienvenido. Fue un cambio superdrástico, pero bueno, se aceptó el reto y, bueno, las situaciones me hicieron estar donde estoy aquí. Mi bebé nació acá en España y bueno, sí, pues es difícil.» (Carmen)*

*«Yo estaba en pareja y con un proyecto de vida, de familia... bueno, no estaba planteado el tema de familia desde el inicio, pero sí de una vida juntos. Y me quedé embarazada al cabo de poco tiempo y por varias circunstancias, principalmente por violencia emocional y económica decidí separarme. Yo me hago absolutamente cargo de todo lo relacionado con las niñas. Yo me separé y no tenía... bueno, por suerte vivimos en una casa cedida por mi madre, pero no tenía dinero para pagar ni comprar pañales para mis hijas. Tampoco tenían la posibilidad de dejarlas en una guardería porque eran muy chiquitinas y se había pasado el plazo para apuntarlas. Entonces, tenía que hacer malabares. Podía trabajar 8 horas a la semana porque no tenía a nadie que se hiciese cargo de las niñas, ¿no? Cuando salí de esta relación, anímica y emocionalmente estaba tan destrozada que no tenía ninguna red. No tenía ningún tipo de red. No tenía a quién recurrir y, por lo tanto, no tenía apoyo. Por suerte y con mucho movimiento por mi parte, poco a poco fui pudiendo abrirme emocionalmente.» (Gema)*



*«Yo tengo solo una hija. Decidido. Solo una. No porque me haya quedado traumada ni nada, pero he decidido tener solamente una hija. Cuando yo llegué de mi país, hubo un momento en que yo decidí dejar el trabajo. En ese periodo yo estaba conociendo al padre de mi hija. Dejé el trabajo, me quedé embarazada y la relación no fue como una espera. Decidí yo que esa relación no y me quedé sola.» (Charo)*

*«Yo me vine aquí a España en el 2008 casada con un chico español. Me vine con dos niños de 5 y 8 años. Y al llegar aquí, yo estaba embarazada... bueno, embarazadísima. Llegamos aquí y se torció todo. Se torció estando yo embarazada. Se torció al punto de violencia de género.» (Lucía)*

El hecho de que el modelo de familia monoparental sea el que más haya aumentado en los últimos años, así como el creciente protagonismo de sus necesidades, relatos y demandas en la agenda mediática y política nos lleva a pensar que estamos ante un cambio de paradigma en el que estas experiencias de maternidad individuales, intransferibles y silenciadas empiezan a ser trasladables a lo colectivo con, por un lado, la correspondiente transferencia de saberes que ello implica, pero también con el riesgo real de mitificar la maternidad monoparental y crear de forma indirecta un código ideal de lo que es aceptable y no lo es en la maternidad monoparental, un código que deje fuera los relatos menos románticos donde el deseo de ser madre y la relación con el hijo o la hija tiene tantas, o más, sombras que luces. Un riesgo es que el relato de las madres por elección eclipse de forma involuntaria otros relatos.

## 1.2. LAS OTRAS VIOLENCIAS INVISIBLES A LAS MUJERES QUE SON MADRES EN SOLITARIO

### a) EN EL ÁMBITO LABORAL

Todas las familias necesitan más apoyo de las políticas públicas para la crianza de sus hijos. También y, especialmente, las familias monoparentales al quebrar el principio sobre el que se vertebran muchas de estas políticas, la división sexual del trabajo. En el caso de las familias monoparentales esta división esa inexistencia puesto que recae en ellas todo el trabajo, el remunerado y el no remunerado. De ahí que los elementos diferenciales en los que hay que apoyar a las familias monoparentales desde las políticas públicas tengan que ver con los ingresos y con el empleo; y en concreto, respecto a este, las familias monoparentales deberían poder contar con políticas y medidas de conciliación que posibilitaran una protección horaria y de adaptación de los puestos de trabajo para que los cuidados estuvieran asegurados. Sin embargo, las narraciones de las madres entrevistadas difieren mucho de este escenario. Su maternidad pasa a ser un elemento de riesgo en su empleabilidad, en su puesto de trabajo y en su carrera profesional, siendo víctimas de situaciones de doble discriminación por el hecho de ser mujeres y ser madres monoparentales.

*«Lo que más me sorprendió de toda la maternidad... o sea, yo me encontraba bien, con mi familia, muy a gusto y tengo dos niños mellizos... en mi entorno, bien, mis amigas, bien, mis padres, bien... y lo que más me sorprendió fue en lo laboral. Laboralmente fue lo peor que llevé. No contaba con eso. Te planteas una maternidad difícil, eres tú sola para cuidar muchas cosas... y todo eso me gustaba. Lo que más me fastidió mi maternidad fue el entorno laboral. Para mí era un momento superbonito y yo qué sé, me sentía superbién.»*

*Tener que pasar por un juicio, que me hicieran mobbing en el trabajo fue lo peor. Contaba con la dureza de la maternidad, pero no con eso.» (Ana)*

*«Los primeros años fueron muy complicados. Hubo abogados que dejaron de trabajar conmigo después de que llevaban 15 años trabajando conmigo. En el momento que yo desaparecí un poco de los vinos, de las comidas, porque tuve que sacrificar esa parte de mi vida para dedicarme a la maternidad, eso me perjudicó profesionalmente.» (Laura)*

El contexto del trabajo y las condiciones de este son señalados en los relatos de las mujeres que han participado en este estudio como una fuente de ansiedad, incomprensión y limitación. El desigual acceso de las mujeres al mercado laboral, la brecha salarial, la segregación ocupacional, la falta de políticas de conciliación, la ausencia de cultura de corresponsabilidad y de cuidados dentro de las propias empresas se amplifican en el caso de las madres monoparentales cuya única fuente de ingresos es, precisamente, un empleo. El miedo a contar que están embarazadas o que tienen hijos es uno de los elementos que salen con más frecuencia en sus relatos.

*«Yo tuve mucho miedo tanto de contar, el proceso lo llevé en secreto. Me ponía las inyecciones en el baño del trabajo. En el momento en el que tuve que cuidar a mi hija cuando se puso enferma de COVID por segunda vez me dijeron que se había acabado el teletrabajo para mí y tuve que buscarme otra cosa. He tenido que dejar el trabajo donde estaba y buscarme otro donde me permiten conciliar, pero la ansiedad que he pasado, el miedo a perder el trabajo..., porque no es lo mismo encontrar un trabajo siendo hombre que siendo mujer, madre y encima sola, que necesitas conciliar, que necesitas cuidar en solitario, que además eres el único sustento de la familia, que en cuanto a los sueldos a lo largo de toda mi vida profesional también me he encontrado que mis compañeros cobraban más que las compañeras.» (Ana)*

*«Soy hostelera desde hace 14 años. Yo pasé un tiempo en que no podía decir que tenía hijos porque no te aceptaban. Tener hijos y esconderte para poder hablar con ellos, uno gritando, el otro diciendo: "mamá, que el otro me pegó; mamá, que no sé qué...". Tú no puedes hacer absolutamente nada porque estabas en el trabajo. Porque si dices que vas a salir ya descubren que tienes hijos. Y si tienes hijos ya son problemas, ¿no? Y de ahí pasas al tiempo en que ya... vale, sí ya digo que tengo hijos, pero también pueden decidir si te dan el trabajo o no. Pero claro, con todo eso lo que he hecho es buscarme alternativas. Por ejemplo, buscar a una persona que cuidara a cambio de habitación.» (Lucía)*

*«Yo estoy harta de mentir así descaradamente, porque a preguntas absurdas, respuestas más absurdas todavía. O sea, ¿en qué momento tú tienes derecho como entrevistador a preguntar si tienes pensado tener hijos? Entonces, yo siempre contesto que no, que no tengo pensado tenerlos. Antes porque no tenía pensado y ahora porque ya los tengo y no tengo pensado tener más, así que sigue siendo no. Es verdad. Pero es que yo tengo que ir a trabajar para traer dinero a casa, comer. Es que me da igual. ¿Qué más les da si tengo o no tengo? No me van a dejar conciliar igual. Resumiendo, que en mi gremio la pregunta habitual es si tienes pensado tener hijos, con lo cual la respuesta es siempre no. Y ahora, bueno, llevo muchos años en el mismo trabajo. Es absurdo que te pregunten eso, porque ¿qué más les da? Tú no vas a conciliar nunca. En mi trabajo jamás te dejan hacer eso. Entonces, pues nada, lo que peor llevo es el tema laboral con diferencia. El resto de la maternidad, estoy encantada con ella.» (Elena)*

Otro de los aspectos relevantes son las repercusiones que ha tenido su maternidad en sus trayectorias profesionales, muchas de las cuales se han visto afectadas, además, por las situaciones de acoso laboral que han sufrido. En este aspecto, llama la atención cómo lo han llegado a integrar en sus vidas con cierta normalidad. Sus carreras se han frenado hasta el punto de haber experimentado situaciones críticas de empobrecimiento y necesidad en algunos casos. Parece incompatible tener un empleo de calidad, ingresos suficientes y ser familia monomarental. Es tal la presión a la que se ven sometidas que les resulta imposible poder desarrollar, de forma más o menos exitosa, estrategias de compaginación y complementariedad entre la maternidad y el empleo. Terminan supeditando el empleo digno al hecho de poder ejercer una maternidad digna.

*«Yo tenía un puesto directivo en una empresa internacional y viajaba al extranjero. Cuando me quedé embarazada, estaba en Estados Unidos abriendo mercado para unas sedes nuevas y dije a la empresa que estaba embarazada de mellizos yo sola. Allí me tenían como la "chica para todo", ¿no? O sea, la soltera de oro. Era la tía que estaba disponible 24 horas, todos los días del año, para lo que hiciera falta. Y cuando digo esto, cuando regreso de Estados Unidos, directamente ya no tengo despacho, ya no tengo coche de empresa, ya no tengo ni puesto de trabajo. O sea, me dan una baja médica forzada por embarazo de riesgo, me dejan tranquila y cuando termino esa baja, pues un mobbing absoluto hasta que consiguen que... claro, no me podían echar porque estaba embarazada, pero no me dan alternativas de reubicarme de ninguna manera. Entonces ahí tuve que sopesar qué hacía. Si asumía el riesgo de mantenerme en la empresa y conservar el puesto de trabajo con unas condiciones económicas estupendas que tenía, me iban a contaminar, una vez más, todo el proceso y al final decidí que no se merecían eso mis hijos. Acepté el pacto, la salida negociada, y con ese dinero monté un negocio pequeñito para poder tener a los niños conmigo y criarlos. Ese negocio fue tirando al principio, pero luego, además de una serie de problemas asociados al tipo de negocio que era, llegó el COVID por medio y empezó a darme pérdidas. Y me he visto el mes pasado teniendo que ir a Cáritas a pedir comida porque no llevo.» (Rosa)*

*«Empecé a tener problemas, fíjate, a nivel laboral. Es decir, laboralmente, mi declive profesional empezó a partir del embarazo. A mí, de hecho, mi médica de cabecera prácticamente me presionó para que pidiera la baja porque estaba viviendo mobbing bastante importante en el trabajo que podía, según ella, afectarme al embarazo y me dio bajas. Bajas por situaciones anímicas. No físicas. Estaba en un momento de plenitud, de felicidad y sentía que eso no iba conmigo. Cuando me incorporé a mi trabajo coincidió con que la empresa tampoco estaba funcionando bien y, bueno, tuve un despido. Despido en general a todos, no a mí. Tuvimos que ir a FOGASA, estuvieron 5 meses sin pagarnos... empezó una decadencia terrible, terrible. Era 2011. Yo estaba sola con una bebé recién nacida y demás, fue no poder remontar nunca más. Es decir, yo nunca más pude estar profesionalmente como estaba en ese momento. Y luego empiezan a pasar todas las cosas que pasan: una tiene más edad, la competencia profesional y todo lo que sucede.» (Verónica)*

*«He pagado un precio. He cogido plazas que no quiere nadie. La plaza que yo tengo aquí no la quiere nadie, pero me permite llegar tarde y flexibilizar mi horario. No me puedo plantear una promoción para nada. Me metieron en un sitio que me dio hasta depresión. Pero mi objetivo es criar. Entonces, me aguanto. Pero todos creen que yo no voy a una jefatura porque soy madre con dos chiquillos y yo aquí estoy callada.» (Sandra)*

Al ser las únicas responsables de los ingresos en sus familias, a pesar de tener una tasa de actividad laboral bastante alta, las madres monoparentales relatan cómo acceden a empleos precarios (jornadas parciales, trabajos informales, etc.) y que están supeditados a las necesidades para conciliar, lo que limita posibles mejoras laborales en salario y/o trayectoria profesional con el consiguiente empobrecimiento; pero también les genera contradicciones, sentimientos de frustración y desasosiego, tensiones y luchas internas que también implican costes personales.

*«La conciliación es muy importante y es inexistente. Y si quieres cuidar al niño y trabajar, a veces no puedes coger un contrato de trabajo con el que podrías pagar el alquiler y comer, pero no puedes cogerlo porque realmente se te va en el cuidado de alguien que cuide al niño, o en una guardería o en una escuela infantil, o donde puedas llevarlo. Y tienes que ir haciendo malabares entre números. "Voy a quitar esto para aquí, para esta actividad, que así puedo ir a trabajar esta hora y a ver quién puede recogerlo". Entonces, a veces te compensa más no trabajar en cierto trabajo por el hecho de poder conciliar que cogerlo. Es así. Es triste, pero es así. Para trabajar, teniendo niños y estando sola, es muy difícil.»* (Lydia)

## **b) EL ESTIGMA SOCIAL**

Sigue existiendo un estigma sobre las mujeres que crían en solitario a sus hijas e hijos. Un estigma que se agrava y amplifica a medida que las diferentes categorías de desigualdad interactúan, de forma que a la etiqueta de «madre soltera» se suman los prejuicios y estereotipos que existen sobre las mujeres cuando son adolescentes, pobres, migrantes, racializadas, discapacitadas, etc. Las madres monoparentales no son solo los dos polos de elección o por circunstancias sobrevenidas. Es, además en estos casos, cuando la maternidad no es por elección, donde se concentran más esos prejuicios y los mensajes negativos que también violentan y limitan a las mujeres que los sufren, donde se cuestiona más la capacidad de la mujer para, además de madre, ser una persona autónoma y activa, independiente.

*«Yo tuve una dificultad que fue el hecho de ser jovencita y ser madre y encima llevarlo yo sola; es una dificultad añadida. Sobre todo, el tema de si quieres formarte o quieres llegar a tener algún tipo de estudio o quieres seguir adelante con, voy a poner comillas, "tu vida", porque supuestamente cuando eres joven y te quedas embarazada pues se acabó. Eran los mensajes que yo tuve cuando me quedé. Iba a tener una maternidad que iba a ser como el fin de mi vida. Es lo único que escuchaba: "El fin de tu vida. Te la fastidiaste. Ahora mismo no vas a poder vivir, no vas a poder hacer nada, vas a tener que ponerte a trabajar, no vas a poder estudiar, vas a preocuparte del niño, de tu casa y de nada más". Y bueno, yo lo que viví fue otra cosa. La verdad es que me ayudó mi madre. Perdí apoyos familiares. Es más, me quedé con mi madre, mi abuela y poco más de toda mi familia. Y bueno, seguí. Y con apoyo pude estudiar, que fue de lo más complicado porque estudié con mi hijo sola, entonces era complicado estudiar y trabajar y cuidarlo. Entonces, fue una maternidad un poco extraña, no sé. Pero bien. Yo estoy contenta y orgullosa de cómo está todo ahora mismo.»* (Lydia)

*«El colegio donde entró mi hija a mí me gustó mucho porque nosotras recién habíamos llegado a España y quise de alguna manera hacerle una réplica del colegio que yo tenía en mi país. Que usara un uniforme, un colegio grande y entonces entró allí, pero era la primera latina, entre comillas, porque mi hija es española, nacida en España y de padre*

español, y entonces pues es morena, más morena que yo inclusive. Entonces hubo señalamientos raciales, las madres del cole no me agregaban en el grupo de WhatsApp. Había otros, pero era la primera del grupo que miraban como extranjera, aunque mi hija es española, ¿no? Entonces hubo inclusive problemas en el comedor porque un niño hizo una votación, por lo que ella era negra y que no comía allí y que la tenían que expulsar del comedor. A ese nivel. Luego, claro, cuando yo empezaba a ir a las reuniones y cosas, las madres no se sentaban a la par mía y más yo sola sin marido... Era todo un conjunto de cosas, ¿sabes? Es muy complicado de enfrentar, pues todas las cosas que vienen de arraigo, de cómo se ha venido viviendo, es muy complicado. Ella siempre me cuenta, o si no me cuenta, también lo expresa. Hay momentos en que ella explota. Cuando ella de pronto está muy tranquila y se me pone muy nerviosa y a llorar: "Es que yo me siento mal porque pasa esto, porque yo he visto esto". ¿Sabes? Así que yo no sé si solo es el hecho de educar a los profesores, porque hay una forma de llevar las cosas muy diferentes. Está muy arraigado. Por ejemplo, en mi país, que estamos hablando del Tercer Mundo, de colores no se habla y de si está casado, divorciado, si tiene padre o no tiene padre tampoco. Hay muchas mujeres criando a sus hijos solos porque hay irresponsabilidad a muy alto grado por parte de los hombres. Y mujeres que deciden criar a sus hijos solos, pero también que se crían en un entorno más familiar, que viven con la abuelita cerca, la tía cerca, los primos cerca. Entonces, hasta termina ni sintiéndose esa falta de un hombre irresponsable y en los colegios no suelen hacer ni los niños ni los profesores comentarios de que si está divorciado, de que si... No.» (Marilyn)

### **c) EN EL ÁMBITO ESCOLAR**

Uno de los espacios donde más situaciones violentas y de discriminación sufren las familias monomarentales es en los centros educativos de sus hijas e hijos. Los relatos de las mujeres entrevistadas reflejan cómo a fecha de hoy perviven prejuicios y estereotipos sobre las madres solteras que incluso llegan a patologizar la monoparentalidad hasta el punto de responsabilizar a este modelo de familia de los problemas del niño o niña.

*«Estamos con el tema del TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad) y estas cosas. Y en la cuestión del colegio, por el hecho de ser familia monoparental, se achacó que el tema del niño venía por culpa mía, porque yo era joven, era soltera, era monoparental y todo el cúmulo. Lo achacan a que no tiene una educación supuestamente dentro de una familia tradicional. Entonces al niño lo tenían así. A mí me llegó a decir la profesora después de tener al niño horas, o sea, tiempo y tiempo mirando contra la pared, que ya lo cambié de colegio y todo, me acabaron diciendo que era cosa mía porque yo tenía que estar más tiempo con el niño. Y que como yo tenía que trabajar y tal, sin saber nada de mi vida, me decían que era por mí y por nuestra situación familiar.» (Lydia)*

Otro de los aspectos que contribuiría a una mejor y mayor comprensión de la monoparentalidad sería la incorporación en los centros educativos de una perspectiva de diversidad familiar que recogiese desde lo más sencillo, por ejemplo, los formularios, a lo más complejo, el proyecto educativo del centro, una mirada en la que tuviesen cabida los distintos tipos de familia como parte de la realidad actual.

*«Te mandan los formularios. Me pasó la semana pasada con un formulario para las autorizaciones de grabación digital y claro, yo rellené mi campo de mi documento y mi nombre y luego el nombre de mi hija y firmado y ya; me lo volvió a reenviar y le dije yo a ella: "no, que papá no tiene que firmar esto ni nada. Soy yo y ya está, ¿vale?". Y luego me volvió a reenviar otra vez la profesora y la agarré, le puse: "tengo la guardia y custodia*

*completa". Y ya está. Pero hay ocasiones que sí: te dice que tienes que rellenar el campo también del padre e imagínate que rellenes ese campo sabiendo ya que eres madre soltera y que tienes todos los papeles en regla.» (Charo)*

*«El lenguaje es muy importante y a mí todos los formularios me vienen siempre: padre, madre, tutor o encargado. ¿No pueden poner tutores? Lo mismo con las cuotas del AFA. Las cuotas del AFA del colegio es cuota por familia. Familias donde hay dos progenitores y, sin embargo, tienen dos votos, fíjate. Que yo entiendo que tengan dos votos porque hay una pareja de divorciados donde uno está de acuerdo con una cosa y el otro está de acuerdo con otra. Vale. Pero duplícame mi voto. No le bajes el voto a ellos, pero duplícame el mío. Que mi voto valga dos. Y también, con respecto a las cuotas del AFA: ¿cuándo va a haber una cuota para familia? Las cuotas siguen siendo cuotas por familias, pero familias biparentales pagan lo mismo que la monoparental.» (Verónica)*

La ausencia de esta perspectiva deja en manos de la sensibilidad de los profesores o del resto de miembros de la comunidad educativa la naturalización de una realidad familiar que va en aumento en España.

*«Creo que es una cuestión de tiempo, o sea, se terminará normalizando porque, por ejemplo, yo vengo de una familia bastante desestructurada y cuando era pequeña en mi clase era la de los padres divorciados. Era la rara porque mis padres estaban separados y los del resto de mis compañeros no. Además, en un colegio religioso, era como: "¡sus padres se han separado!", ¿sabes? Y hoy en día ese tema está a la orden del día. Entonces yo me imagino que tarde o temprano este tipo de familia, todos los tipos de familias se terminarán normalizando, además a grandes pasos, porque por suerte hay muchísima diversidad familiar. Pero claro, mientras eso llega y no, yo en su guardería, por ejemplo, sí lo pregunté y fíjate que él todavía no es consciente de nada, pero pregunté si celebraban el Día de la Madre o del Padre y tal, y me dijeron que en los centros públicos solo se debe celebrar el Día de la Familia. Ni madre, ni padre, ni tío, ni abuelo, ni primo, ni nada, porque cada familia tiene unos miembros diferentes y eso hace que los niños se sientan excluidos. Luego es verdad que cuando él hace dibujos, en el del mío solo pone mamá y en el de los otros pone mamá y papá. En fin. Pero bueno, yo creo también que la seño lo intenta hacer lo mejor que puede con las herramientas que tiene y espero que esto se normalice lo antes posible.» (Diana)*

#### **d) DISCRIMINACIÓN POR INDIFERENCIACIÓN**

El hecho de que no exista un reconocimiento legal, de alcance estatal, a las familias monoparentales hace que estas sean víctimas de un trato discriminatorio en el ámbito de las políticas públicas al tratarlas sin tener en cuenta sus elementos diferenciadores; se incurre en la denominada discriminación por indiferenciación.

Este trato desigual, unas veces sutil y otras veces claro, lleva a arraigar en las mujeres entrevistadas una clara sensación de injusticia e incompreensión, de enfado hacia los poderes públicos hacia los que sienten una gran desconfianza y escepticismo. Esa ausencia de protección legal influye en la ausencia y ambigüedad de las políticas públicas, algo que lleva a las mujeres que forman una familia monoparental a tener mayor riesgo de pobreza, más dificultades burocráticas y peor calidad de vida emocional que aquellas mujeres que son parte de una familia biparental.

*«La monomarentalidad muchas veces me ha llevado a rechazar la maternidad, pero no la maternidad en sí, sino cómo socialmente hay este imaginario social o este ninguneo político, todo esto cómo influye en el día a día de la monomarentalidad. Cómo afecta y hasta qué punto puede poner muchas zancadillas, muchas trabas y muchas dificultades, mucho peso, mucha carga a algo que, en sí, a mí me parece una experiencia maravillosa. Entonces, eso me ha generado bastante enfado, porque siento que me han arrebatado la maternidad como yo la entiendo, me han robado la posibilidad, la oportunidad de desarrollarla del modo que yo entiendo que es una maternidad sana y bonita y disfrutable.» (Sara)*

*«Una vez en un gimnasio al que llevo a la niña a piscina y tienen varias clases, me decían que había un precio por familia. Madre, padre y desde un hijo hasta los que tuvieras. Y le dije yo: "Vale, yo soy la niña y yo. Tiene que haber otro precio". "No, no hay". Y le dije: "Bueno, pues entonces pago eso, pero en vez del padre vendría mi madre". "No. Tiene que ser padre, madre e hijos". "Pero vamos a ver, si me estás diciendo que tanto da uno como cinco hijos. ¿Yo no puedo cambiar el nombre del padre por el de otra persona?". Pues no, no.» (Diana)*

*«Sí que me siento discriminada en temas de bonos sociales, de ayudas del Estado y de todo esto, por supuesto. Es más, es que esta mañana he llamado para pedir el bono social del agua, porque el de la luz ya lo tengo, pero el del agua no, y es que en el agua no están incluidas las monoparentales, cosa que en el de la luz sí. No lo entiendo, no lo entiendo. Voy a intentar entrar por el límite de IRPF, pero ya el hecho de que las familias monoparentales no y las numerosas sí, ya ahí está la discriminación, como en tantísimas otras cosas, claro.» (Lydia)*

*«Al momento de buscar piso, pues yo actualmente necesito cambiarme de piso, buscando habitación o piso, cualquier opción, es totalmente increíble cómo en tu búsqueda de repente en una aplicación, al poner que entras con menor o al momento de hablar con el arrendatario y decir que vas con un menor las opciones se reducen a cuatro. Y de las cuatro, o sea, no son factibles para ti, entonces es como que te obligan a que tú te tienes que ajustar a eso, a lo que te dictaminan. Y ahora desde que soy madre soltera sí que es diferente y siento muchísima discriminación con el tema, pues tenemos una etiqueta aquí de problemas y dificultad solo por ser.» (Carmen)*

*«Una de las formaciones para la inclusión de empleo normalmente tiene una bolsa de empleo y tú haces la formación y luego tienes que tener disponibilidad completa de horario, ¿no? Aunque quieras acceder con media jornada, da igual. Tienes que tener el horario todo disponible. Entonces, yo, por ejemplo, siempre me quedo fuera de esas formaciones por ser madre. Esa me parece una exclusión social brutal y que no debiera, pero bueno. Porque se supone que es apoyo social para la inclusión, entonces es como una contradicción en sí misma.» (Sara)*

*«Yo noto la discriminación, por ejemplo, ahora que me tengo que incorporar y yo no sé por qué mi hija con cinco meses y medio se tiene que incorporar a la guardería y otros que son biparentales hasta los nueve meses no tienen incorporarse. Entonces, me parece que en el 2023 que estamos ya, que haya esa discriminación hacia nosotras me parece fatal y estoy que me subo por las paredes.» (Itziar)*



Un dato que debemos destacar en cuanto a las posibles discriminaciones vividas por las mujeres monomarentales es el que señala el estudio de FAMS *Salud Mental 2022*<sup>2</sup> que dice que tres cuartas partes de ellas aprecian discriminación en el trato con las Administraciones Públicas y, como principal elemento discriminatorio, dos terceras partes de las mujeres hacen referencia al grueso volumen de documentación solicitada por el hecho de ser una familia monoparental asociando esta al hecho de tener que explicar y hacer entender continuamente la condición de monoparentalidad.

### e) EN EL ÁMBITO DE SERVICIOS SOCIALES

La experiencia de las madres monoparentales que han acudido a los Servicios Sociales no es positiva. Sus relatos ponen en evidencia que estos no son espacios donde se sientan acogidas ante las dificultades de su situación familiar al existir una falta de encaje entre el perfil que acude a estas instancias y el suyo, a pesar de tener necesidades básicas apremiantes y encontrarse en una posición vulnerable.

*«Servicios Sociales es terrible. A mí me han hecho llorar mil veces. O sea, me he sentido tan mal yendo a Servicios Sociales... Tú vas allí a pedir ayuda. Yo no fui a pedir dinero, yo fui a pedir ayuda de tiempo, de manos, de... ¿sabes? Y dije: "Mira, yo soy una persona que tiene una titulación, estoy preparada para trabajar, no vengo de una familia desestructurada, pero si no me ayudáis, voy a acabar viviendo debajo de un puente, con la familia desestructurada y voy a acabar pidiendo y voy a ser un gasto más, ¿no? Entiendo. Y ahora mismo no lo soy. Ahora mismo me mantengo yo. Pero necesito ayuda. Necesito ayuda y mi ayuda es, por Dios, a ver un servicio de canguro. Y la respuesta de la de servicios sociales me dijo: "Allá tú y tu decisión. No los hubieses tenido". Y yo: "Pero vamos a ver, no te estoy pidiendo dinero. Te estoy diciendo que si hay alguna posibilidad de conseguir una ayuda por conciliación, si hay alguna no de familia monoparental, de familia. Punto. Si puedo acceder a una vivienda. Yo lo que te estoy diciendo es que yo no tengo tiempo para brujulear por Internet durante horas perdidas, ¿sabes? Porque tengo dos bebés que, en cuanto encuentre lo que busco, se me va porque tengo que atender a un bebé y luego al otro, y luego al otro y luego al otro. Necesito que me digas tú a tiro fijo dónde busco. Es que solo te estoy pidiendo eso. Yo no puedo leer el BOE todos los días, o sea, no leo la prensa ni veo el telediario. ¿Cómo voy a leer el BOE? ¿A quién se le ocurre? Entonces, no puedo estar al tanto de las ayudas, no puedo estar al tanto de lo que puedo solicitar, de lo que me puede beneficiar. Solo os pido eso". Pues me dijeron: "Míralo en Internet". Digo: "Vale. Muchas gracias". O sea, aquí mi sitio no está y como yo he tomado esta decisión, yo me lo guiso, yo me lo como. Esa fue la respuesta de Servicios Sociales. Brutal me pareció.» (Elena)*

*«Cuando vas a Servicios Sociales no solamente has de ser pobre sino parecerlo. Es una experiencia que he tenido a raíz de pedir una ayuda económica que necesitaba de urgencia. El chantaje emocional al que me ha sometido, ¿no? Entonces, no solamente es que tengas que ser pobre. Tienes que parecerlo y, además, hay un punto que acabo de descubrir, que es que tienes que estar dispuesta a que nosotros decidamos por ti. Porque como eres pobre, se te retira tu capacidad para tomar decisiones como madre, de cuáles son las prioridades de tu hogar y nosotros asumimos ese papel por ti y si no, no vengas aquí.» (Rosa)*

---

<sup>2</sup> CUANDO LO URGENTE NO DEJA PASO PARA LO IMPORTANTE. Análisis del impacto de la COVID19 en la salud mental de las familias monoparentales. Federación de Asociaciones de Familias Monoparentales (FAMS). 2022.

## f) LAS VIOLENCIAS MACHISTAS

La maternidad por elección, la separación, el divorcio, la viudedad, el embarazo no deseado, el abandono familiar, el internamiento de la pareja, un proyecto migratorio... son todos ellos elementos y experiencias que delinear de forma muy diferente las aristas de esa realidad tan compleja que es la familia monoparental. Desde una perspectiva más sociológica, igual hay que plantearse hablar de monoparentalidades, en plural. Además, entre estas hay situaciones de monoparentalidad que se producen como consecuencia y deriva de violencias machistas.

*«Yo he tenido relaciones para apagar fuegos desde el punto de vista de querer ser madre, he consentido, he llegado a sufrir violencia (ahora soy consciente); fue violencia psicológica. Incluso alguna vez alguna agresión física encubierta por el sexo que a mí me gusta y el que a ti no te gusta, ¿no? Y que al final transiges sin estar disfrutando tú de esa forma de entender el sexo porque tienes miedo a defraudar esa persona y que te deje y entonces ya no tienes pareja para ser madre. (...) Una relación tóxica, que realmente no voy a llegar a ningún lado, que me está hiriendo porque yo estoy entregando amor, estoy entregando ese deseo de formar una familia y la otra persona, realmente, lo único que está buscando es una satisfacción sexual y de diversión y de ocio, ¿no? No hay un proyecto común. Entonces, cuando yo me doy cuenta y quiero cortar eso, esta persona, después de seis años de relación, no asume que yo de repente me pretenda ir. Y entonces, pasamos ya al chantaje psicológico. Yo en ese momento no tenía la visión que tengo ahora.» (Rosa)*

*«Se torció estando yo embarazada. Se torció al punto de violencia de género. Yo tuve que salir con los niños corriendo, embarazada de 7 meses, y menos mal que salí corriendo, si no hubiera sido peor. Y es verdad que es muy complicado. Es muy complicado y más cuando vas de un país a otro porque tú en tu país eres como... yo sé quién soy, dónde estoy, estar con mi familia y no pasa nada. Menos mal que saqué fuerza de donde no la tenía porque es verdad que te quedas en una posición en que dices: "Joe, si yo en mi país era capaz de decir hasta aquí y de aquí no paso". Como mujer, que eres independiente con dos niños, pues llegas acá y de repente te ves anulada completamente de todo. O sea, es que yo no sabía. A mí me dijo directamente que estaba ilegal, cuando yo había venido casada. O sea, todo. Todo por la ley. Pues yo me lo llegué a creer, así que imagínate en qué punto estaba. De pensar que todo era así, yo estaba muy mal, muy mal. Y bueno, pues no. Yo no he tenido una maternidad bonita, como se dice. Eso sí. Menos mal que... La cosa no estaba muy, muy, pero sí había un centro de protocolo de tratar de separar a la mujer maltratada del maltratador. Me estaba sintiendo como, lo que me decía, que si yo contaba o decía algo pues que me iban a quitar a los niños. Que yo estaba en el país de él, que a mí nadie me iba a creer. Cosas así, que era como muy complicado. No sé por qué a mí esto todavía me pone nerviosa cuando hace tanto ya. Desde 2008 han pasado han pasado 14 años. Yo pienso que ya estoy muy fuerte y todavía me sigue tirando. Todavía no... no logro. Tengo que aguantarme las manos para no ponerme nerviosa. Si ahora tengo 43. Pues creo que tenía 33 años.» (Lucía)*

*“El padre de mi hija no la visita ni le da pensión y cuando yo tengo que ir a hacer un trámite del colegio o sacarle su pasaporte, o su DNI o empadronarla, me piden la firma del padre. Yo ni siquiera sé dónde vive. Ya él ha optado por darse por desconocido su paradero para no tener que dar la pensión. Entonces, para hacer esas gestiones tengo que contar toda la historia: "Es que tuve problemas de violencia, ya no tengo orden de alejamiento, pero siempre existe la posibilidad de que haya problemas entre él y yo. No sé dónde vive..."» (Sara)*

### 1.3. SUPERAR LOS VIEJOS PARADIGMAS DEL MODELO TRADICIONAL DE FAMILIA

Una de las ideas que salen de forma recurrente en la mayoría de las entrevistas mantenidas, especialmente entre las madres solteras por elección, aunque no solo, es cómo el proyecto fallido de tener una pareja no ha sido un impedimento para ellas a la hora de materializar su proyecto de ser madres; si bien reconocen que en su imaginario no estaba como primera opción una maternidad en solitario, sin embargo, su vivencia de esta no refleja frustración, más bien aparenta ser todo lo contrario, hay una realización personal en la posibilidad de ser madres, aunque sea sin pareja. Son mujeres que han separado totalmente, con su experiencia, lo que es la maternidad de una vida en pareja. Mujeres que, si bien no soñaron el modelo de familia monoparental, eligen llevar a cabo en solitario ese proyecto personal de maternidad que tiene sentido y significado en sí mismo y que, si bien no echan en falta un ideal de familia con pareja, sí han partido de ese modelo en la idealización de familia. Sin embargo, en la actualidad, no experimentan esa imposición social ni echan en falta una pareja para dar sentido su proyecto de maternidad, este tiene significado por sí mismo.

*«Lo único que sí tenía muy, muy, muy claro, de hecho, lo hablaba con una amiga y ella conmigo era que, si llegado el momento esa pareja no estaba o no era la persona idónea, lo haríamos solas. Entonces, ella sí encontró su pareja y tiene hoy una niña y yo dije: "Nada. Pues no me cuadra y es mi deseo de ser madre y lo voy a hacer sola. Ya está. El hecho de no tener a una persona al lado no me suponía un problema o tener algo idealizado. Yo me mentalicé de que mi viaje iba a ser diferente, que cuando te vas, dices: "Bueno, pues sí. Puede ser en pareja o puede ser sola, pero eso no quiere decir que no lo disfrutes, ¿no?". En momentos determinados, por el tema puede ser económico o por el tema también de que estés mala. Que dices: "Jo, pues en ese momento no tengo esa persona que me podría echar una mano", pero forma parte de la crianza sola y bueno, pues te buscas otra alternativa. Pero no creo que exista siempre algo superideal. Pienso que es lo que la sociedad nos ha vendido. Tendemos a idealizarlo, sueñas o te imaginas o te venden la moto de: "bueno, en pareja es todo más bonito, mejor", pero la cosa cambia y ¿por qué no podemos serlo solas? Entonces creo que ya en nuestra mano estará que desde bien chiquititos a nuestros hijos les hagamos ver el cuento de otra manera. Si tú le pones eso pues dirán: "Jo, qué mal que quise ser mamá con una persona y al final qué triste que tuve que serlo sola". Yo pienso todo lo contrario. Qué afortunada, qué suerte que haya podido ser mamá. Y esa forma de pensar se la inculcaré a mi hija. Luego ella verá el día de mañana, que decida si quiere con pareja o sin pareja.» (Concha)*

*«Yo pensaba siempre tener una pareja y esto ha sido, bueno, en función de que ya tenía una edad y de que la pareja con la que yo estaba vivía lejos, fuera de España, así que al final se terminó. Yo ya no me veía. Yo quería tener varios hijos y decía: "no me da tiempo" y tengo a mi hermana que es monoparental también, que superbién, así que nada, decidí hacerlo yo sola. Pero vamos, yo siempre pensé que lo iba a hacer compartiéndolo con alguien.» (Itziar)*

*«Siempre imaginé que sería en pareja, pero bueno. Luego tampoco podía esperar a que otra persona estuviera... Me di cuenta de que no podía esperar a que otra persona*

*deseara lo que yo. Tenía pareja y no quería, y entendí que tenía que seguir eso.»*  
(Sandra)

*«Siempre nos han inculcado el modelo de familia completo. Bueno, completo... Tradicional, digamos, ¿no? Mamá, papá y los niños. Entonces, yo también cuando era más joven me planteaba la maternidad desde el punto de vista de tener una pareja, de haberme casado primero, de lo típico, dos o tres niños, y además con el añadido de que yo vengo también de una familia disfuncional, voy a decir. Mis padres separados, con varios hermanos de otros matrimonios, en fin. Entonces, yo quería lo contrario a eso, yo quería hacerlo bien, yo quería tener una pareja que me ayudara, tener una familia, tener una casa, tener el cuento, el cuento que nos cuentan siempre. Pero es verdad que, bueno, luego vas creciendo, te vas haciendo mayor, vas viendo la realidad y lo que yo no quería de ninguna manera era dejar de ser madre por no haber encontrado a la persona ideal para compartir mi vida. Porque, además, muchas veces crees que has encontrado a esa persona y después igualmente te terminas separando o no termina siendo el tipo de padre que tú esperabas para tus hijos. Entonces, pues ya te planteas que igual tampoco hay ningún problema en hacer lo que quieras y la pareja, pues ya vendrá cuando tenga que venir si tiene que venir y si no, no.»* (Diana)

Incluso las madres que crían en solitario a partir de una situación sobrevenida manifiestan su decisión de ser monoparentales, aun siendo también la suya una maternidad consciente y deseada, una maternidad digna y no patriarcal.

*«Yo había elegido tener una familia. No había elegido solo ser madre, había elegido también a mi compañero. Entonces, fue un shock. Me costó mucho asimilarlo. Me costó mucho digerirlo. Yo, que había elegido formar una familia. Y entonces durante la primera infancia fue durillo. Me faltó, me faltó mucho, sobre todo los dos o tres primeros años, que era cuando yo me sentía más vulnerable en la situación de madre sola. Y digerir el abandono no fue nada grato tampoco. Luego la cosa fue cambiando y vas viendo un montón de ventajas al hecho de no estar en pareja y no tienes que discutir todas las decisiones con nadie. Cuando mi hijo tendría tres o cuatro años ya empecé a darme cuenta de que yo estaba eligiendo estar sola con mi hijo, que era una elección, que ya no era algo que me había tocado y empecé a vivirlo de otra manera porque yo sí tenía muy claro que quería ser madre desde pequeña y creo que eso me ha salvado muchas veces. Para mí ha sido un salvavidas muy importante. El poder tener ahí esa certeza clara.»* (Sara)

*«Hace años tuve una pareja. Tuvimos una relación de diez años y en ese momento sí tenía planteado tener hijos, pero bueno, no llegaron. Ya después dejamos de estar juntos, decidí no tener hijos y al pasar ya los tiempos empecé a salir con un amigo y quedé embarazada, pero la relación no era de pareja ni nada y nos dejamos de ver. De hecho, yo cambié de país sola con mi embarazo y dije: "Bueno ya, ya vamos con todo" y así. No me arrepiento de haber seguido adelante con mi embarazo, de tener a mi hijo. Incluso hasta me da como orgullo propio, pues saber que aun con todas las dificultades, uno ha salido adelante y está ahí, al día, al día y al 100%.»* (Carmen)

No obstante, las madres entrevistadas han sentido cómo su entorno familiar, aun apoyándolas, también han depositado en ellas, en determinados momentos, la responsabilidad de su decisión de criar en solitario como una carga que deben asumir al haberlo elegido. Les ha tocado, de esta forma, al superar el paradigma de familia tradicional, encarnar un papel de mujer independiente y autosuficiente que parece no poder mostrar debilidad.

*«Yo no me planteé nunca un modelo de familia monoparental. Siempre me imaginé mi familia al estilo clásico. Un poco en línea con lo que en mi familia he vivido. Yo provengo de una familia numerosa. En mi caso, claramente, yo he sido consciente de la educación que he recibido y de cómo eso ha condicionado mi vida, mis elecciones, mi camino. Y lo he visto claro a raíz de ser madre y también de empezar a trabajar en el movimiento asociativo.» (Pilar)*

*«Yo recuerdo que mi padre me lo decía: "Tú necesitas... tienes que estar con alguien que te represente". Y alguien era alguien, aunque no me gustase, aunque no fuera la persona que yo quisiese. Pues era la persona que era un buen partido...bueno, lo típico de antes. Un buen partido, una persona que quiera a tus hijos. Esta persona entraba primero con los niños, tú tenías que...te gustase o no te gustase, era la persona que tú necesitabas en tu vida para salir adelante. Pero es verdad que yo siempre he sido muy rebelde en cuanto a eso. Yo siempre he defendido mi independencia, siempre he defendido el que a mí nadie me va a decir justo lo que no quiero hacer, y eso me ha traído muchísimos problemas siempre. El hecho de que yo defienda que yo me quiero yo, yo soy yo, no quiero pasar por lo que pasó mi madre, no estoy de acuerdo con que esto sea así porque ustedes lo digan. Esto ha llevado a que todo el tiempo me esté formando para tratar de salir adelante.» (Lucía)*

#### 1.4. SIGNIFICADOS COMUNES Y CARACTERÍSTICAS PARTICULARES EN LAS DIFERENTES FORMAS DE ACCESO A LA MONOMARENTALIDAD

Los diferentes relatos reflejan, a pesar de los aspectos comunes, que tampoco hay un único modelo de familia monoparental, entre otras razones por cómo cada experiencia de maternidad monoparental es distinta y, en consecuencia, son diferentes las vivencias y características del proyecto familiar. No es lo mismo si el proyecto fue elegido y planificado en solitario o si fue una decisión tomada a consecuencia de una circunstancia personal no prevista. Es lo que Andrea Hernández de Monleón<sup>3</sup> denomina en su proyecto investigador, respectivamente, como monoparentalidad por decisión y monoparentalidad sobrevenida. Dos modos de acceder a la monoparentalidad que conviven bajo el paraguas de la denominación de familias monoparentales.

*«A mí me gusta decir que la maternidad, más que por elección, siempre es por decisión.» (Rosa)*

*«En la asociación tenemos cada vez mujeres más jóvenes que tienen muy claro que ellas van a ser madres y que eso ocurrirá en el momento que ellas lo vean. Si hay una pareja, bien y, si no, lo harán solas. Hay muchas mujeres ya también preguntando por tema de congelación de óvulos para asegurarse su maternidad. Tenemos cada vez más mujeres que separan totalmente lo que es la maternidad de una vida en pareja, ¿no? Y descartar, por supuesto, que a lo mejor pudieran tener pareja en el futuro, pero entendiendo que asumen la maternidad en solitario y que ese es su modelo de familia. En esos dos extremos, digamos, estamos. También hay muchos casos de mujeres que se han separado, que tienen un hijo en pareja y esto también es un número que empieza a crecer. Se separan porque, a lo mejor, el tener un nuevo hijo no es un proyecto compartido en la pareja y eso ya ocasiona un desgaste dentro de la pareja. O porque se han separado y después deciden*

---

<sup>3</sup> NI SOLAS, NI EN SOLITARIO. Condiciones de vida, solidaridad informal y cuidados en la monomarentalidad. Hernández Monleón, A. Tesis Doctoral. 2016.

*tener un segundo hijo y tienen un segundo hijo solas. También es otro perfil que se está repitiendo.» (Pilar)*

*«Hay tantas y tan diversas que es superdifícil clasificarlas. Creo que hay una que es muy básica de diferenciar que son como las "puras". Con esto no quiero decir que sean más puras o mejores o peores. Por decirlo de alguna manera, las que elegimos ser madres sin otro progenitor, no va a aparecer el progenitor de la nada, ¿no? Eso es así, no puede cambiar. A lo largo de los años del niño no puede cambiar a no ser que haya una adopción. Es como lo veo yo. Entonces, cuando es de partida o por ponerle un adjetivo, se le puede poner "puras" por decir algo, ¿eh? Y después hay situaciones de monomarentalidad que siempre son una elección, pero, por ejemplo, el caso de que sea por abandono del progenitor, la mujer eligió también ser madre igual. Por un lado, es el duelo de decir: "yo nunca me había planteado esto sola, pero voy a ir para adelante, aunque no sea el escenario ideal, porque quiero ser madre". De repente el esquema en su cabeza de familia se rompe, pero bueno, van a tener igualmente familia porque van a tener a su bebé. Van a formar una familia, pero no es la que tenían pensado en un principio.» (Elena)*

La monoparentalidad por decisión engloba todas aquellas maternidades que se inician como un proyecto vital individual, independiente de una relación de pareja, donde cada experiencia es individual pero las vivencias son diferentes entre las madres monoparentales por elección y por circunstancias sobrevenidas.

*«Desde que tomas la decisión hasta que la puedes ejecutar con todo el proceso de fecundación, los temas médicos y aparte los vitales para mí fue un proceso de 6-7 años, aproximadamente. Durante ese tiempo para mí la palabra es la incertidumbre. Tienes un punto de bloqueo y no sabes qué va a ser de ti. Y a mí eso me tuvo un poco paralizada. Esa incertidumbre te condiciona todo. Te condiciona lo laboral, te condiciona lo personal, te condiciona la vivienda, te condiciona hasta el coche que te compras. No sabes por dónde va a ir tu vida.» (Rosa)*

*«Respecto a cómo accedemos, sí creo que hay una diferencia en el momento vital en el que llegamos a esto cuando decides lanzarte a la maternidad en solitario, bueno, para mí por lo menos fue en un momento en el que me sentía muy fuerte. En ese momento. Y con muchas ganas y sabía que iba a ser difícil, pero emocionalmente sí que dije: "puedo sola". No estaba en el momento vital en el que podía estar otra mujer que acaba de separarse y necesita ir recuperando esa confianza. Yo justamente estaba en un momento en el que confiaba mucho en mí. Entonces, quizás ahí está un poquillo la diferencia, ¿no? Que eso no significa que nosotras nazcamos empoderadas, es que también yo lo que veo que muchas de nosotras cuando elegimos ser madre, hemos pasado por un proceso anterior de haber pasado por diferentes piedras, haber hecho mucho trabajo interior y decidir, y desde ahí decidir serlo. Y lo que creo que nos pasa, lo que me ha pasado a mí, hablo ahora desde mi experiencia, es que decidí ser madre desde el sentirme fuerte y capaz.» (Ana)*

Por su parte, la monoparentalidad sobrevenida surge a consecuencia de la interrupción o ruptura de un proyecto de pareja y familiar previo, de forma voluntaria o involuntaria, y genera una diversidad de situaciones en relación con la crianza, la custodia y la organización familiar posterior a la ruptura/separación. De hecho, Andrea Hernández de Monleón cuenta que el paso a la monoparentalidad en estos casos es vivido (al menos durante un tiempo) —y así lo manifestaron las madres que accedieron a la monoparentalidad en estas circunstancias— como una fase vital crítica porque, además de la ruptura del proyecto en común, se

experimentan diversos sentimientos de fracaso al no poder cumplir con el ciclo vital y la concepción de la familia tradicional.

*«Nosotros nos dejamos cuando yo tenía tres o cuatro meses de embarazo. Yo no disfruté ese embarazo. Para mí el embarazo fue como un tránsito porque iba a tener un hijo que no tiene familia. Mi idea, como se suele decir, lo que te inculcan, es madre, padre, hijo. Entonces, yo no disfruté ese embarazo. Entiendo que otras madres sí hayan podido disfrutarlo porque en parte es buscado y elección suya. Yo tampoco es que lo pasara sola y punto. Yo vivía en un constante ir y venir que a mí tres meses antes de dar a luz, menos mal, gracias a Dios, apareció una persona en mi vida que me dijo: "Espabila. La niña está aquí y tú tienes que ser fuerte para ella". Y ahí me abrió mucho los ojos y empecé a ver a la niña de otra manera, porque para mí era: me daban ropa, me regalaban ropa y yo lo único que hacía era sacarle fotos y mandárselas al padre. Yo viví eso. Ya te digo, tres meses antes de dar a luz, ahí dije: "No, yo soy yo, yo estoy aquí y por mi hija, vamos, voy a ir a por todas". Fue un tiempo bastante complicado. Cuando yo di a luz había una chica que sí que decidió hacer inseminación in vitro y estaba embarazada de gemelos, pero claro, ella lo había decidido, iba con su madre a las citas y la conocí en el hospital en las citas, pero ella lo vivía de diferente manera. Para mí la familia fue lo mejor de lo mejor y lo sigue siendo.» (Mari)*

*«A nuestra asociación llegan, principalmente, mujeres que principalmente vienen de situaciones de violencia bastante importante, de violencia física, económica y psicológica. Son las que vienen pidiendo, sobre todo, ayuda. Mujeres que, un poco más o menos, tenían una situación económica precaria, pero al límite. Estaban precarias, pero se iban manteniendo como iban pudiendo, económicamente sobre todo, y con poquita red entre ellas y con otras gentes.» (Gema)*

Sin embargo, hay experiencias comunes a ambas formas de acceder a la monoparentalidad. Vivencias relacionadas con la precariedad económica y empobrecimiento que van asociados a las familias monoparentales al no existir un reconocimiento legal de este modelo familiar. La vulnerabilidad de estas familias es consecuencia, no de su decisión de ser madres o de cómo han accedido a la monoparentalidad, sino de una ausencia de políticas de protección social, especialmente en aspectos relacionado con la vivienda y el acceso a prestaciones, pero también de políticas del ámbito laboral en materia de conciliación o políticas fiscales.

*«A mí me parece que hay muchos casos y muy diversos. No me parece que haya dos casos iguales, sobre todo la diferencia más radical creo que está en los medios que tenga la persona a su alcance; porque hay personas que, si no me equivoco, al menos un 50% de las familias monoparentales están en precariedad y en pobreza. Hay mujeres que eligen ser monoparentales porque quizás cuentan con un empleo fijo o unos recursos, un apoyo familiar que les pueda apoyar en esa conciliación o unos recursos económicos que puedan contratar a alguien o llevarlos a algún sitio que puedan estar los peques mientras sigan trabajando. Pero algunas personas tenemos que renunciar a nuestro trabajo, a nuestra profesión, se nos van los ahorros en la crianza a solas también. Entonces, todo lo que hubiéramos hecho hasta entonces también se va, se acaba yendo y apenas contamos con apoyo familiar o social. No me parece que sea igual dos casos de monoparentalidad porque cuando es por elección y cuando es con recursos y medios, creo que se puede disfrutar mucho más de la experiencia. Pero hay situaciones muy, muy, muy difíciles, de precariedad absoluta. Yo me he visto la única no inmigrante en mi ciudad haciendo cola en Cáritas, por ejemplo.*



*Entonces, son cosas, no sé, que a mí no se me ocurría que podía verme ahí estando físicamente, intelectualmente capacitada de sobra para afrontar cualquier reto. Y de repente me veo, pues eso, me viene la monoparentalidad y me explota en la cara.»*  
(Sara)

Una panorámica clara de cuáles son estas realidades que afectan de forma específica a las familias monoparentales la ofrecen las asociaciones de FAMS.

*«A nuestra asociación recurren más esas otras situaciones sobrevenidas de monoparentalidad o donde la monoparentalidad te desubica, como ha sido mi caso, de tu entorno social. Fundamentalmente, el perfil de nuestras asociadas es ese. Y casi todas las asociadas tienen muchas dificultades económicas que, curiosamente... hay de todo, pero hay muchas, muchas, muchas madres con cualificación, con capacidad, con recursos propios, pero a las que el sistema no les deja integrarse.»* (Rosa)

*«Cuando llegó la crisis del COVID empezaron a contactar con nosotras muchísimas mujeres que no estaban en el límite, sino que, precisamente por ser familia monoparental, no podían salir a trabajar. La mayoría de ellas del progenitor no recibían ningún tipo de ayuda, ni económica ni de ningún tipo. Entonces estaban totalmente ahogadas con la situación económica y recurrieron a nosotras básicamente porque no tenían dinero para comprar comida, no tenían dinero para pagar el alquiler, o sea, con unas carencias materiales muy importantes. Muy, muy, muy importantes muchas de ellas. Después han ido contactando con nosotras otras mujeres, muchas de ellas extranjeras sin documentación, con situaciones aún más límite todavía porque sin tener documentación en regla no pueden acceder a un trabajo digno ni a unas condiciones de vida dignas. Nos encontramos con muchas mujeres que están viviendo en condiciones muy precarias o que tienen que estar compartiendo casa entre ellas con todo lo que esto acarrea, con todas las dificultades y viviendo muy, muy, muy, muy al día. Muy al día económicamente con todo el estrés que esto supone a todos los niveles para ellas.»* (Gema)

No podemos obviar, tal y como recoge el estudio de FAMS *Salud Mental 2022*<sup>4</sup>, que las condiciones sociales en que viven las personas influyen fuertemente en sus posibilidades de tener una buena salud. La pobreza, las desigualdades sociales, la discriminación, la vivienda en malas condiciones, la inseguridad alimentaria, las condiciones de vida poco saludable en la infancia y la falta de trabajo o el trabajo precario son factores para la salud que pueden provocar enfermedades y desigualdades en materia de salud.

## 1.5. UNA CRIANZA EN POSITIVO, FEMINISTA Y TAMBIÉN LLENA DE SOBRECARGA

En la crianza monomarental no hay más opción que la madre sea la encargada principal de los cuidados y la responsable de cubrir las necesidades de su hija/o. No cabe la opción de una crianza compartida en pareja, algo que desplaza el foco a la imprescindible necesidad de las redes y apoyos, pero también de políticas que favorezcan la corresponsabilidad tanto con lo público como con las empresas y, por supuesto, con la sociedad. El trabajo de los cuidados, de crianza, no es exclusiva de

---

<sup>4</sup> CUANDO LO URGENTE NO DEJA PASO PARA LO IMPORTANTE. Análisis del impacto de la COVID19 en la salud mental de las familias monoparentales. Federación de Asociaciones de Familias Monoparentales (FAMS). 2022.

las mujeres tampoco en el caso de las monoparentales. Como dice el documento *Distancia social y Derecho al cuidado* de FOESSA<sup>5</sup>: «necesitamos construir un modelo articulado donde lo público, lo privado y lo comunitario se vayan tejiendo para promover una responsabilidad compartida que prevalezca sobre un planteamiento de individualización». Las familias monomarentales vienen a cuestionar el binomio empleo/trabajo y a poner en evidencia la necesidad de (re)pensar la maternidad y los cuidados.

*«Yo soy profesora, trabajo en un cole y está aquí muy cerca de casa. Y mis niños están... Bueno, el mayor está en infantil en ese colegio y claro, me encuentro muchas veces a los compañeros y me dicen: "Estarás a reventar, ¿no?". Y bueno, yo estaba más cansada con los dos que ahora, que no sé, algo raro. La gente me preguntaba con dos: "¿cómo estás?". Y yo: "Estoy supercansada". Y ahora me preguntan cómo estás: "No. Estoy bien". Y yo no sé por qué, pero es verdad. O sea, estoy cansada, pero ya es como que bueno; claro, mi padre, que es el que está un poco más conmigo, me dice: "no, es que tú ya has entrado en un círculo que para ti todo está bien y tú estás con una camiseta que te la pones, la lavas, te la pones, la lavas. Y para ti ya es la camiseta más nueva del mundo. Y, en realidad, le va a salir un roto aquí ya". O sea, como diciendo: "Es que tú ya estás en un círculo que no te das cuenta de lo que te pasa". Porque yo, a lo mejor, estoy tan cansada por la noche... "Bueno, no tengo cena. Bueno, pues me tomo un yogur". Y ya está. Ya mañana será otro día. Y entonces claro, él dice: "No. Eso no es una cena". Es decir, yo he entrado ya en una dinámica que todo vale, que voy bien con todo. Entonces, claro, es verdad que me tengo que cuidar un poquito, pero que yo estoy muy bien.» (Itziar)*

La narrativa de las madres monoparentales respecto a ese trabajo de cuidados, de la crianza de sus hijas e hijos, no está exenta del desgaste físico y emocional que esto les implica. Cargan en solitario con la crianza, con la responsabilidad de obtener ingresos y con el equilibrio emocional. Es la figura cuidadora y la figura proveedora que hace que las narrativas de las madres reflejen las contradicciones respecto a sus vivencias maternas.

*«La carga vital es tan brutal que te da la sensación de que estás viviendo más años en menos tiempo.» (Sara)*

*«En mi caso, por ejemplo, yo estoy completamente sola en España, sin padre y sin madre y sin hermano. La familia de mi expareja no quiere en ningún momento saber de mi hija. A mí me toca ver todo lo del colegio de ella. Si se enferma me toca a mí... Cuando no tenemos empleo, pues solo tengo un salario cuando trabajo, no puedo acceder a una vivienda en hipoteca porque me mide lo poco que yo gano, mi poca estabilidad laboral. Y se convierte en una inestabilidad laboral por no poder apostar a trabajos en los que yo diga que me muevo de ciudad, me muevo geográficamente... Y siempre estoy viendo trabajos que me permitan poder ir a los deberes de mi hija por la tarde, saber que ella está en casa o que está organizada por la tarde, entonces me restringe económicamente poder hacer eso. Voy a Cáritas a pedir comida.» (Marilyn)*

*«Otra cosa que es terrible es cuando, lo digo siempre, enfermamos a la vez. Eso para mí ya es el sanseacabó porque sin dormir..., mal..., no sé. Eso para mí es también de las situaciones que me supera cuando estamos las dos porque tienes que cuidar de ella al final. O sea, tú no existes prácticamente. Lo que tienes que hacer es tirar de ella, tú con fiebre, encontrándote mal. Es de esas situaciones que también se me complican.» (Laura)*

---

<sup>5</sup> *DISTANCIA SOCIAL Y DERECHO AL CUIDADO*. Colección *Análisis y Perspectivas*. Fundación Foessa. 2020.

«Yo vivo sola con ellos. Eso hace todo muy... o sea, estoy desbordada. Al principio estaba supercontenta y ahora que tienen ocho años estoy desbordada porque tengo que trabajar, voy a la carrera a por los niños, voy a la carrera con sus comidas escolares porque ni puedo, ni me da tiempo, ni me cuadra y tengo la cabeza tan saturada de cosas que no me entra nada más. No puedo con la casa tampoco. Es imposible. Lavar ropa, guardar ropa, tiendo. Y es todo así. Ahora sí que estoy desbordada. Me parece mentira que de bebés no estuviera tan desbordada... a lo mejor sí que lo estaba, pero no me sentía tan desbordada como ahora.» (Elena)

«Yo trabajo en la hostelería. Mi niño pasa todo el día en la guardería desde temprano hasta las 18:00 de la tarde que paso a por él y es difícil porque cuando lo recojo él ya está cansado. El niño también está cansado y no se ha compartido. No hemos vivido el día a día juntos. Entonces, toca inyectar energía ahí y vamos a hacer algo. Vamos al parque porque toca compartir. A él le hace falta y a uno también le hace mucha falta. Y los fines de semana, entonces, pues ahí en la parte laboral sí que da pena, realmente da pena eso. Y una siendo monoparental, pues es más difícil porque toca confiar a quien dejárselo, que eso también es difícil, aparte del gasto económico que también genera el que lo cuiden un fin de semana o algunas horas de un festivo. Pues porque hostelería no diferencia si es festivo.» (Carmen)

«Ella me encanta. Yo no sé si a todas nos encantan nuestras hijas, pero es que me parece maravillosa, o sea, pienso en ella y ella me flipa, me encanta. No sé cómo explicarlo. Pues está siendo muy agotador. Hay veces que cuando estoy muy agotada, se te ponen en la cuerda todo el tiempo con tus fantasmas y tus fortalezas. Están todo el rato los fantasmas y las fortalezas a la vez, todo el rato echando un pulso cada segundo. Porque pasas de estar aquí en plan: "¡oh! me encanta mi hija" y de repente es como: "¿quién me manda ser madre?". No puedo más, o sea, he llegado a pegar puñetazos a los cojines, pero me salen unas cosas muy agresivas, de eso no se habla desde ahí yo creo. El decir que hay momentos en los que sacamos la agresividad, no contra los niños y las niñas, porque en mi caso ella no está delante en esos momentos, pero yo creo que hay que canalizar todo eso.» (Ana)

En el informe de Save the Children, *Más solas que nunca*<sup>6</sup>, se señalaba cómo la crianza de un hijo o una hija por parte de una sola persona puede generar patologías y enfermedades relacionadas directamente con el estrés y la ansiedad. Los datos del informe reflejaban que dos de cada diez madres monoparentales tienen o han tenido algún tipo de problema de salud asociado a la depresión y/o crisis de ansiedad, una proporción que dobla a la del resto de hogares, tanto los hogares con hijos e hijas (10,5%) como el conjunto de hogares (10,7%). Si bien, es cierto que, junto con la falta de apoyo y de red suficiente, un elemento clave para ese desgaste emocional es la dificultad para conciliar la vida personal, familiar y laboral.

«Hay veces que te ves desbordada, de decir: "No puedo más". Sobre todo, en épocas. Por lo que me dicen, que pasan toda una miniadolescencia en los tres o cuatro años. Ahí llegó un momento en que dije: "no puedo, yo no puedo". Pero eso son momentos. Son días. Después... Es una montaña rusa. Un día te ves abajo del todo y al día siguiente dices: "Bueno, no es para tanto. Ya pasó".» (Mari)

«Desde que tengo a mi hija, yo digo que me he envejecido diez años de una vez. Que no solamente te cargas físicamente porque haces el doble de trabajo, que trabajas en la calle y trabajas en casa, sino que también emocionalmente estás pensando en cómo ajustar

---

<sup>6</sup> MÁS SOLAS QUE NUNCA. La pobreza infantil en familias monomarentales. Save the Children. 2015.

*todo para que puedas hacer lo de una familia completa para tus hijos y además ser persona. Y eso te desgasta. Estar en el runrún: "Y ahora me toca esto, que ahora me toca lo otro, que ahora organizo aquí, que ahora organizo allá, que ahora me tengo que hacer esto para que pueda yo poder hacer lo otro". Eso, estar siempre con la cabeza dándole vueltas, dándole vueltas, dándole vueltas y no desconectas en ningún momento. Pues eso también te envejece.» (Marilyn)*

*«La gente se pone un poco las manos en la cabeza cuando les digo que tengo tres. Yo hay días que tengo fatiga del cansancio que tengo, pero de verdad, o sea, estoy agotada completamente y aun así, ya digo, es que merece la pena. O sea, tengo la sonrisa de oreja a oreja, que digo: "no lo cambio por nada del mundo". Y la gente dice: "Ay, Dios mío, ¿tú cómo lo haces?". Pues sí, hay veces que quiero llorar, de verdad que quiero llorar de decir: "por favor, ¿cómo hago esto?" pero, aun así, vamos, un diez.» (Verónica)*

Sin embargo, cuando las madres monoparentales entrevistadas se abstraen de esa parte carga física y emocional, hacen un relato de su experiencia de crianza y cuidados tan positivo que, por momentos, da la impresión de que les sobrevuela el fantasma de la «buena madre» donde la identidad de mujer queda completamente supeditada por esa identidad de madre y que tiene una cara oculta: la culpa, aspecto que se aborda en el capítulo 2.

*«Yo estoy criando bien, me lo estoy pasando bien, me lo he pasado muy bien criando a mis hijos. Yo me lo paso muy bien, yo no lo puedo evitar, que es verdad que tengo una situación...» (Sandra)*

*«Lo disfruto, es que me encanta oler a mi niña, me encanta tenerla cerca. No sé cuándo vaya pasando a distintas etapas cómo lo llevaré, pero lo estoy disfrutando. Creo que la actitud siempre es muy importante y no es poner el mundo de color rosa, pero hace mucho la predisposición y van a venir problemas y van a venir dificultades, pero creo que la forma que tengamos nosotros de afrontarlo es importante. Ahora mismo esta es mi experiencia, quizá porque lleve poco y sea chiquitita y me dicen: "a medida que va creciendo crecen los problemas, crecen las dificultades", pero ahora mismo, pues es así. No tengo un trabajo fijo, estoy preparando oposiciones, el futuro lo quiero por ella, para hacer cosas juntas y no sé. ¿Que podría estar trabajando? Sí, pero he tenido a mi hija para cuidar yo de ella, no para decir: "toma mamá o quien me pueda echar una mano, que me voy 15 días por Europa a hacer un circuito". No es todo rosa, pero no sé, a mí me compensa. Y bueno, pues iré encontrando... Esa es mi experiencia por ahora. A lo mejor me preguntas cómo voy dentro de cinco años y digo: "pues esto ha cambiado muchísimo", pero ahora, qué suerte. Me encuentro así.» (Concha)*

*«Yo no cambio mi experiencia. Las dificultades siempre están, pero la dificultad está estando sola o acompañada, o con familia cerca o sin familia cerca. O sea, siempre va a haberlas y todo está en cómo uno las afronte y las sobrelleve. También, cuando yo me fui y me cambié de país y estando en estado, pues mentalmente te vas preparando a todo, aunque por más que te prepares no es para nada como la realidad, pero bien. O sea, igual mi bebé está chiquito todavía, apenas tiene dos años y medio, va para tres. También a mí me encanta el olor al niño, lo huelo así todo el tiempo. Es que es superrico. También será una etapa. A medida que vaya creciendo, pues también las cosas irán cambiando, pero de momento mi historia, con sus dificultades y todo, no la cambio. También he disfrutado, he aprendido a disfrutarlo y a separar lo malo cuando estamos juntos. Así que bien. Lo he disfrutado.» (Carmen)*

*«Yo cuando hablo de maternidad no sé qué expectativas tenía. Pero las ha superado con creces y sabía que los iba a querer mucho. No imaginaba cuánto y, como decía una amiga, nunca imaginé que me iba a sentir querida. Luego crecerán, serán más grandes y ya no querrán ni ir por la calle conmigo. Ni darme la mano. Pero nunca imaginé que me iba a sentir tan querida. Todavía son muy chicos. Yo siempre digo que desde que tengo los niños tengo encefalograma plano de felicidad. Es verdad, estoy feliz siempre.» (Sandra)*

Existe entre las madres una particular conciencia de la importancia del papel que tienen para sus hijas e hijos y, en consecuencia, manifiestan un cuidado especial en el vínculo con ellas y ellos, y también una actitud reflexiva sobre cuál es el papel que han de jugar. Su proyecto de crianza adquiere un valor de aprendizaje y de transmisión de unos valores a sus hijos e hijas con los que tratan de resignificar ellas mismas la elección que han adoptado de ser madres monoparentales.

*«Para mí, ser madre es como la escuela de la vida y no la escuela a la que nos llevaron, sino esta. No sé, se te abren todas las posibilidades de aprendizaje, de desarrollo, de conocimiento, de ¡puff! No sé, es que me parece un universo.» (Sara)*

*«Yo creo que, a nivel educativo, la conclusión a la que he llegado es que para educar hay que, sobre todo, predicar con el ejemplo. O sea, hay que intentar ser como tú quieres que sea. Pues si quiero que mi niña esté calmada o que sepa controlar sus emociones, su frustración o esas cosas, creo que la manera de hacerlo es mirándote a ti y mejorando tú. Veo cómo se relaciona con otros niños y veo que se relaciona bien, que no ha necesitado tener otro ejemplo de verme a mí en pareja para jugar, para comunicarse, para crear, para ser buena con sus amigos.» (Ana)*

*«Lo que comparte conmigo le gusta, le gusta estar cerca de mí. También invento vacaciones, invento paseos, la llevo a lugares que le gusten, busco paseos así en grupo de familias que quizá no todos son monoparentales. Ni siquiera les pregunto si tienen marido o no. Pues estamos en exclusión social, porque yo todavía estoy con problemas económicos fuertes y estoy yendo a asociaciones para buscar apoyo y quizás empleo y así. Y tenemos los paseos o, si no, pues me las arreglo para hacer algo con ella que le guste.» (Marilyn)*

*«De verdad que ha sido un poco difícil, pero, sin embargo, al mismo tiempo una se fortalece mucho. Porque al final del día te das cuenta de todo lo que creías que no ibas a poder hacer lo hiciste. De repente, aun teniendo un mal día, el rato que estuve con mi hijo estuvimos jugando. Gracias a él aprendí a separar estas cosas. Uno antes tenía un mal día de trabajo y hasta que te acostabas terminaba mal ese día, por lo menos en mi caso. Hay quienes lo saben separar, pero ya no, o sea, ya una vez que yo recojo a mi hijo de la guardería, los problemas quedaron aparte, o sea, para otra hora, para otro momento. Entonces, la maternidad me parece que es un reto en constante con la vida, con uno mismo, y obviamente con el niño. Y bueno, es diferente por lo que digo. Vengo de una familia grande, bastante unida porque también vivíamos cerca de mis abuelos, de mis tíos, o sea, como que siempre estamos rodeados de familiares y ahora esto, buff, un vuelco. Pero bueno, ahí vamos. Vamos y vamos bien.» (Carmen)*

*«Uno de los miedos o terrores es eso. Perderse uno. Perderse como persona, como mujer, como integrante de la familia y que solamente sea el niño. Obviamente, es alguien importante, pero ahí toca ser un poquito egoísta y pensar en uno. Manejar en uno para, precisamente, darle un bienestar a él. Porque si uno está bien, pues obviamente él va a estar bien y más porque los niños lo perciben todo. Entonces, cuando uno está mal o algo, pues ellos también se afectan indirectamente. Entonces, yo creo que uno de los mayores miedos es eso, perderse uno como persona porque, de alguna manera, también toca*

*apartarse un poco. Ya el ritmo de vida cambia, desde lo laboral a todo. Para manejarlo un poco de la mejor manera con el ritmo de vida que va llevando el niño, que va adquiriendo. Que si el cole, las horas de dormir, las de comida, respetar los sueños, o sea, esas cosas. Y bueno, toca apartarse un poquito y desviarse de la vida que uno llevaba, sin ni siquiera referirme a que la vida sea una vida loca, sino de estudio, de trabajo... Entonces, bueno, yo creo que, integrando todo así, el mayor miedo sería ese. Perderse.» (Carmen)*

*«La única herramienta que tenemos es darles herramientas. Es un trabajo diario, pero bueno ahí estamos.» (Verónica)*

*«Que el tiempo atrás era el tiempo atrás y que ahora hay que corregir cosas. Y yo principalmente trabajo mucho conmigo misma y bueno, también he tenido ayuda para poder trabajar conmigo misma. Entonces, eso ya lo reflejo de otra manera con los niños.» (Lucía)*

*«Llevo poquito tiempo con la maternidad y no dejo de aprender y de ver cosas. Procuero, en la medida de lo posible, formarme en las cosas que no sé. Estoy haciendo un curso de disciplina positiva. Quiero educar a mi hija desde el respeto. Y ya desde chiquitita es algo que me preocupa porque empieza a tener su personalidad, quiere algo, llora y digo, bueno, ¿cómo hago para darle las cosas y no la educación que yo haya tenido?, ¿no? Entonces, creo que estamos siempre en continua formación y, personalmente, me gusta el hecho de poder contar con otras mamis que estén en la misma situación, como yo, que mis problemas son sus problemas, mis inquietudes son sus inquietudes.» (Concha)*

*«En la toma de decisiones también me parece positivo tener que decidir yo sola. Y mira que soy insegura hasta que me decido. Minutos antes de inscribir al niño todavía no tenía claro si le ponía este nombre o el otro, pero me da igual. Lo único que lamento del vivir sola es que no tengo a nadie que me dice: "Para". O el tiempo muerto. Esos momentos en que pierdo el control y no tengo a nadie que me diga: "Déjame, sigo yo. Déjame, yo les baño". Porque veo que repercute en ellos mi estrés, no porque yo necesite que me releven y descansar, no. Es que no se merecen una madre gritona y, a veces, cuando estoy en el pueblo, mi madre, que es muy mayor, al principio dice: "No les riñas, pobrecitos, pobre no sé qué". Digo: "Ojalá estuviera aquí mi madre para decir pobrecitos". O sea, cálmate, ¿no? Alguien que te pare y digas: "Tss, para. Que por ahí no es". En esa faceta en la que les repercute a ellos mi nivel de estrés.» (Sandra)*

Los miedos también ocupan un lugar en la experiencia de la crianza y los cuidados. Unos miedos que también tocan con la culpa y la responsabilización.

*«Mi miedo era tener que tomar yo sola todas las decisiones. Esa es la única parte así, un poco más negativa. Recuerdo un día estando embarazada que me bloqueé porque no era capaz de elegir el colchón para la cuna. O sea, no. Un día entero y diciendo: "No soy capaz. No puedo, necesito otra persona, no puedo, no puedo". Pero son momentos también puntuales al final. Entonces, bueno, sí que es verdad que en algunos momentos te puedes plantear que no sabes, que te gustaría tener la opinión de otra persona para poner otro punto de vista. Pero bueno, también lo podemos tener de familiares o de personas cercanas, de amigos que nos quieren y ya está. Y muchas veces, quizá porque haya dos progenitores no va a ser mejor la crianza.» (Diana)*

*«Tengo miedo a que a mí me pase algo. Ese es el único miedo. Y cuando estoy mala, pues hasta ahora he estado para morirme y he salido para adelante. No tengo familia aquí, y la verdad es que ahí he sobrevivido... sigo diciendo que, como son pequeños, pues soy una leona tirada en la alfombra con fiebre y ellos gatean a mi alrededor. No sé, he sobrevivido a eso, he sobrevivido. Siento eso. Lo veo casi una cosa animal. ¿Yo no me puedo mover?»*

*Bueno, pues que se queden por aquí, no nos movemos. Y he salido. Solo una vez recuerdo que llegué a llamar a Urgencias para que me echaran una mano y no podía despertar a una vecina porque eran las tres de la mañana. Ese ha sido el momento más apurado, pero el COVID es verdad que nos ha hecho sentirnos vulnerables y tener miedo. Soy más consciente porque me ha tocado mucho la memoria. A mí el COVID me ha relativizado las cosas. Ahora veo que soy vulnerable.» (Sandra)*



## 2. «YO SOY»: EL RETO DE RESIGNIFICARSE COMO MUJERES COMPLETAS

### 2.1. ENFRENTAR EL HECHO DE SER MUJER ADEMÁS DE MADRE

Los modelos familiares han evolucionado a lo largo de las últimas décadas, sin embargo —tal y como explicaba Fefa Vila en el estudio de FAMS para el Instituto de las Mujeres<sup>7</sup>— no han cambiado las circunstancias sociales, jurídicas y económicas sobre las cuales se soportan esos cambios familiares que todavía están en el esfuerzo sobrehumano que una mujer tiene que hacer. Se sigue teniendo un modelo jurídico, social y económico que pivota sobre relaciones heterosexuales de una pareja. Las dinámicas sociales no se hacen cargo de los nuevos modelos de familia, se hacen cargo de la familia numerosa o de la nuclear, pero no de las monomarentales donde pesa, especialmente, el hecho de que sea una mujer la que encabeza la familia.

*«La familia y el entorno también nos trata de manera diferente y yo creo que es por el hecho de ser mujeres que cuidamos, ¿no? Que cuidamos y que además estamos solas, sin pareja. Eso también nos condiciona en la familia. "Pues ya que tú estás sola y no tienes pareja y tal, pues te quedas tú viviendo con mamá". Y claro, además de los hijos, pues cuidamos a las madres mayores. Te asignan, digamos, también ese rol ya de cuidar a padres y madres porque ya, total, estás sola, pues te vas tú a vivir con mamá. Quién mejor que tú, ¿no?» (Pilar)*

*«Yo creo que por ser mujer nos cargan con más estereotipos. Tienes que ser, tienes que llegar, tienes que poder. Y lleva tu casa, tu familia, tus hijos. Perfecta siempre. El trabajo y todo perfecto. Y a veces no, no puede ser, no, no es real eso. No hay plan para ti. No. Es verdad. O sea, yo ese tema lo tengo observado y lo tengo comentado con más monomarentales.» (Mari)*

*«Es muy duro tener que decir que tenemos que prepararnos para defendernos, pero es que es así. Es decir, hasta que las cosas no cambien, y van a pasar décadas y décadas, van a seguir siendo así. Va a seguir siendo que yo voy a tener que demostrar el doble de lo que demuestra mi compañero de trabajo. Esto pasa así y bueno y con pequeños detalles y micromachismo que suceden a diario, claro que sí.» (Verónica)*

Es la doble variable de ser mujer y madre que cría en solitario lo que expone a los miembros de estas familias a situaciones de exclusión, vulnerabilidad, precariedad y pobreza, lo cual les niega el derecho a disfrutar de la ciudadanía plena. Sin olvidar que ser madre y ser familia monomarental está atravesado por circunstancias muy diversas y que no todas las mujeres son la misma madre. Según los datos de la *Encuesta FAMiliaS 2019*<sup>8</sup>, sobre los motivos por los que podrían sentirse

---

<sup>7</sup> LAS FAMILIAS MONOPARENTALES EN ESPAÑA. *Apuntes sobre monoparentalidad y cuidados*. Federación de Familias Monoparentales (FAMS). Instituto de las Mujeres. 2021.

<sup>8</sup> La *Encuesta FAMiliaS 2019* fue parte del informe *MADRES Y PUNTO. La realidad invisible de la monoparentalidad en España: desde las prácticas sociales a la voz de las madres*. Su ficha técnica corresponde a la de una encuesta online que se distribuyó entre las 26 entidades de la Red de Estatal de Entidades de Familias Monoparentales para su autorrelleno, con preguntas abiertas y cerradas; fue de ámbito nacional y un universo de mujeres cabeza de familias monoparentales con hijos e hijas menores de 25 años; el tamaño de la muestra fue de 836 respuestas a través de un muestreo de tipo probabilístico con un error muestral de  $\pm 2,5$  y un nivel de confianza del 95%.

discriminadas las madres que encabezan familias monoparentales, la respuesta mayoritaria de estas (66%) fue por ser madres solteras, e idéntica respuesta mayoritaria al preguntárseles sobre sus hijas e hijos, el 44% de las mujeres afirmó que eran discriminados por ser hijos/as de una madre soltera.

*«Lucho, intento luchar por nuestros derechos, pero sí que siento que al ser mujer estamos discriminadas en muchísimos aspectos. Todavía en la sociedad queda mucho por avanzar, aunque a veces parezca que no, está muy intrínseco todavía en la sociedad que la mujer es menos a nivel laboral, a nivel social y, bueno, yo estoy muy orgullosa de ser mujer, por supuesto que sí, pero, por mucho que se diga que hay igualdad, no hay igualdad.»*  
(Diana)

*«Si el 80% de las familias monoparentales estuvieran encabezadas por hombres, habría una ley de familia monoparental. Hay una brecha de género, eso es indudable. La brecha de género es de las mujeres frente al resto de las familias. Vamos, que la situación en la que nos encontramos nosotras a nivel social tiene que ver con que somos mujeres, por supuesto. Y que somos mujeres solteras. Que la mujer soltera siempre ha estado estigmatizada. Eso es una realidad y la gente siempre va a opinar sobre tu maternidad: "oh, qué bien", o: "puff, hay que ver esta dónde se ha metido". Nosotras siempre nos vamos a encontrar quién nos alabe y diga: "qué bien has hecho" y también el "qué loca estás". Tenemos que vivir en entre esas dos, ¿no? Nuestra realidad siempre va a ser juzgada.»*  
(Sandra)

Sobre las familias monomarentales, además, por el hecho de estar encabezadas por una mujer —y ser esta a quien se le asigna tradicionalmente la función de cuidados— existe una sobrerresponsabilización de la decisión de criar en solitario en la mujer, algo que no sucede ni en las familias biparentales ni en las monoparentales encabezadas por hombres. Estos, según los relatos de las mujeres entrevistadas, tienden a encontrar una mayor comprensión y apoyo en sus entornos.

*«Yo tengo el caso directo de un buen amigo que es familia monoparental. Tiene exactamente los mismos problemas, las mismas inquietudes, las mismas preocupaciones que yo. Su niño se pone malo igual que la mía y ahí no veo que haya diferencia, pero sí en que para nosotras todo son dificultades y a los cuatro meses, si estás trabajando: "venga, se te acaba la baja maternal. Incorpórate, a trabajar" y a él no, aparte de permisos, si ese niño se pone malo, está bien mirado, no le van a echar del trabajo. Las preocupaciones son las mismas, pero no a nivel de trabajo. En un hombre es algo como heroico y en una mujer queda de: "bueno, pues mira dónde te has metido.»* (Concha)

*«Nosotras somos invisibles para la sociedad, mientras que ellos sí son visibles, o sea, sí se considera que ellos están en una situación en la que necesitan un apoyo y una ayuda legítima, mientras que la nuestra es como que no acaba de legitimarse. Como que sí, bueno, lo necesitamos, pero nosotras es como que no podemos no poder. Esa es la sensación que me da. Las mujeres no podemos no poder. Ellos sí. Ellos sí nos pueden despertar compasión y les queremos ayudar. Pero nosotras es como que despertamos otra cosa. Despertamos como un cierto rechazo o un estigma y cierta desconfianza: "Si está sola, por algo será. Igual no lo aguanta nadie".»* (Sara)

*«Creen que las mujeres somos supermujeres. Los hombres tienen que ser los proveedores, pero si no son los proveedores, las mujeres estamos detrás proveyendo. Mientras que las mujeres nunca tenemos el derecho de... sí, somos las que lloramos, pero no tenemos el derecho de parar. Tenemos que ser siempre las que estamos al frente de todo. Pasa un desastre y estamos al frente. Quedamos solas y estamos al frente. Estamos acompañadas*

*y estamos al frente. Entonces, la diferencia es que a nosotras no se nos permite parar. Nosotras tenemos que estar siempre dispuestas pase lo que pase. A la hora de ser solo mujeres en un empleo, para poder ser un buen empleado tienes que dejar de ser madre, tienes que dejar de ser pareja porque no te puedes permitir el permiso normal de ir a ver a un hijo si está enfermo, o la pareja o la familia. Los hombres, no, los hombres se van a trabajar y desconectan. Es como su recreo, más bien. Porque detrás hay siempre una mujer, sea la madre, la hermana, un familiar de él o la esposa en todo caso, que se encarga de lo otro, que él ni se entera. La mujer no. La mujer, si es madre y es esposa, tiene primero que dejar todo listo en la casa para cuando lleguen a comer, para cuando lleguen del colegio, para cuando... Llegamos del trabajo y los gritos de los niños, la organización de la casa, la limpieza, todo en su lugar. También dar buen ejemplo para los hijos. Y si estamos en el trabajo, tenemos la presión de que estamos pensando en que ahora tengo que hacer esto o que si mi hijo lo dejé enfermo antes de irme a trabajar, que, si hay alguien que pueda organizarse, ocuparse de ellos...» (Marilyn)*

*«La familia te cuestiona a veces. Lo típico de que cuidan a hijos de hermanos con sus maridos y sus parejas porque es bueno que la pareja se vaya sola a cenar y tengan su rato, pero eso, en cambio, no lo ven respecto a ti. "¿Otra vez te vas a salir? ¿Otra vez vas tú a salir? ¿Qué me vas a dejar a los niños para salir? No. Para salir te lo quedas tú". Eso también, ¿no? Eso tiene mucha relación, yo creo, por el hecho de ser madres como mujeres. Estoy convencida de que si fuera al revés y fuera un hombre sería al contrario. Estaría ahí toda la familia: "pobre hombre, que está solo con los niños.» (Pilar)*

## 2.2. DIFERENCIADAS EN SUS ENTORNOS: LA ESTIGMATIZACIÓN DE LA SOLEDAD

Las mujeres entrevistadas relatan que las condiciones personales y económicas resultantes de su maternidad en solitario las han ido sumergiendo cotidianamente en un proceso de diferenciación y hasta de invisibilización frente a sus amistades. Unas veces esta diferenciación es consecuencia de su situación de precariedad que les impide poder realizar planes con otras familias y amistades, pero otras veces es fruto del descarte que realizan otros a incluirlas en actividades o planes por el hecho de ser mujer y madre sola.

*«En el entorno de parque y de madres sí, pero cuando van a salir o a cenar o se van a reunir en un punto de encuentro sin hijos, yo no estoy incluida porque es como si me faltara una parte. Eso sí que lo veo. Yo no voy en ese saco. Ellas sí que hablan conmigo, sí que tengo buena relación con las que quiero tener buena relación, pero sí es verdad que a la hora de... Mantengo a mis amigas antiguas, pero las nuevas que voy haciendo, desde que soy madre, si quedan a algo fuera del entorno de niños yo no voy incluida, porque claro, está todo pensado para parejas y como yo no tengo parece que no entro en su círculo. Es como me siento, ¿eh? No sé si lo hacen a propósito o no, pero es como me siento yo.» (Ana)*

*«Yo tengo una red familiar y de amigos muy consolidada de toda la vida. Pero la monoparentalidad y la situación de precariedad me han llevado a quedar fuera de juego. Tal cual, como los partidos de fútbol. Porque el ritmo de actividades, por una cuestión económica estrictamente, es decir, porque... yo tengo un grupo conformado de amigos. Unos separados, otros tal... pero, habíamos hecho una pandilla estupenda, que somos unos quince o veinte con los niños, que se entienden de maravilla. Hacemos un montón de planes, tenemos un grupo de WhatsApp y todos los meses organizamos una movida y nos entendemos perfectamente, pero ahora me he empezado a encontrar con que no puedo seguir el ritmo económico. Te hablo de que quedamos todos los viernes para tomarnos un*

*bocata de calamares y yo no puedo ir. Y es mi único momento de esparcimiento mental a la semana porque en toda la semana no quedo con nadie. Y, de repente, se decide que en fin de año a ver si cogemos una casita rural, que tocamos a ciento y pico euros por familia, que es una chorrada para cualquier familia, y yo no puedo ir a la casa rural. Entonces, tampoco puedes decir: "No, es que no llevo". Porque entonces, los comprometes y te dicen: "No te preocupes, que hacemos un bote entre todos". Y tampoco quieres eso. Un día puede pasar, pero no... Y tampoco dices que estás yendo a Cáritas a buscar comida. Y al final, yo me encuentro que muchos días no salgo de casa —es un pueblo— por no cruzarme con la gente y no verme comprometida a que me toque a mí pagar el café porque no tengo cinco euros en el bolsillo.» (Rosa)*

*«Hay ahí como un rollo oculto que no se expresa, en la escuela, por ejemplo. Durante los años de la escuela no me han invitado nunca, ni las madres ni los padres, a comer con ellos y me consta que han quedado a comer. Y no es que no me saluden o nos llevemos mal o no haya ido yo a todos los cumpleaños con el peque, ¿no? Pero sí, sí, eso me parece bastante significativo. Un padre en una ocasión me dijo: "Por el día del padre hemos quedado para comer los padres de la escuela y tal, y he pensado que podíamos llamar a Sara". Y te lo dicen, ¿no? Y te ríes y luego él se va como contento de: "Ay, mira, he tenido el detalle de decirle esto". Pero tú te vas llorando. Yo me acuerdo de que me puse a llorar cuando se fue el contacto visual. Me puse a llorar y nunca me llamaron. Bueno, por lo menos me lo dijeron. Creen que con eso ya está. No sé. Si hubiera sido hombre, familia monoparental, me habrían llamado, no solo los padres, me habrían llamado también las madres, creo yo. Por lo menos así lo he vivido yo.» (Sara)*

Es en estos momentos, y en situaciones muy cotidianas, cuando notan la diferenciación a la que se ven sometidas por el hecho de no tener una pareja, bien al ser directamente descartadas de los planes o bien al no poder participar de estos por su situación personal. En sus relatos, y en estos aspectos, se observa que las mujeres entrevistadas son conscientes de la renuncia que la maternidad en solitario les implica a nivel social, como si esta se tratase de una especie de servidumbre que deben asumir dada su situación de monomarentalidad.

*«Criar en solitario me ha hecho renunciar a muchas cosas. Me ha costado aceptar renunciar a todo y ahora empiezo a recuperar, ¿no? He renunciado a todo. Pero, es como una capacidad muy grande de adaptación. Tú oyes la maternidad basada en la queja constantemente. Las madres y los padres se quejan y yo... No sé. Esta semana insistía un grupo de madres en salir de cena y yo no quería parecer la más sacrificada del mundo, pero es que mi realidad es que yo no puedo ir de cena, que ya pido favores para trabajar. No puedo pedir favores para ir de cena. Digo: "Llamarme con niños, que me apunto a un bombardeo". No quiero ser la que más golpes se da en el pecho, pero es que es una realidad que, a lo mejor, las demás no pueden entender. No me llaméis para eso, no me llaméis. Yo quiero que me llaméis para pasármelo bien con mis niños alrededor.» (Sandra)*

*«Había hecho amistades con gente con la que coincides en la guardería, en parques y tal y se formaba grupo y quedadas de madres. Y en el momento de ir a cenar y de hacer planes de noche, yo me he sentido apartado mogollón de veces. Y lo tengo comentado con algunas madres monomarentales y sentimos lo mismo. Que al no tener pareja estamos ya fuera de ese círculo de parejas que salen. Gente nueva que conoces por la maternidad, como son parejas, pues quedan y salen y hacen planes y tú ya no estás incluida directamente. Estamos excluidas.» (Ana)*

Otra de las experiencias que expresan las mujeres entrevistadas es la diferenciación que sienten en sus propios entornos familiares en comparación con otros miembros

de la familia. Ellas observan que, por el hecho de ser mujeres, existen sobre ellas una responsabilización individual de su maternidad y de las implicaciones que esta pueda tener en su vida, mientras que en otros casos (especialmente protagonizados por hombres) hay una descarga de esa responsabilidad y una mayor comprensión hacia aspectos personales no relacionados con la maternidad ni la crianza.

*«Mi madre tiene una fase: "¿Querías hijos? Tienes hijos". Cada vez que me ve decir que no puedo salir y que me tengo que teñir el pelo..."¿Querías hijos? Pues tienes hijos.» (Rosa)*

*«A nivel familiar, yo en mi casa lo veo muy claramente. Tengo un hermano que es mayor que yo y se separó. Tiene una hija y mi hermano ha rehecho su vida varias veces, ¿no? Bueno, pues es un hombre y puede tener pareja de cualquier forma, ¿no? En mi caso, yo soy la pequeña de cinco hermanos y desde que me separé no he tenido pareja porque cada vez que hacía el más mínimo asomo de decirle a mi madre: "Oye, que he quedado con un chico, un amigo", era crucifixión directa porque: "¿cómo te vas a juntar tú con otro? Porque a ver a quién vas a meter tú en tu casa...", ¿no? Hasta que yo me atreví a preguntarle a mi madre: "Oye, mamá, y ¿esto mismo se lo dices a mi hermano?". Y ella me decía: "No. Porque tu hermano es un hombre".»*

En esta diferenciación que sufren cotidianamente, las mujeres entrevistadas van tomando conciencia del cuestionamiento que se hace a su experiencia de maternidad y de empoderamiento personal cuando deciden adoptar, muchas veces por pura supervivencia, estrategias de cambio y autocuidado en su vida cotidiana ante las situaciones de exclusión, aislamiento y discriminación que experimentan por ser monomarentales.

*«En nuestro día a día es evidente que tenemos asumido ese rol de cuidado. Que también tenemos que trabajarlo nosotras para salirnos de ahí. Porque para nosotras lo del término "elección" tiene mucho significado. Tiene significado por toda esa fase de toma de decisiones en la que se produce también ese crecimiento personal de empoderamiento hasta tomar tu decisión. El verlo también como tu decisión, tu elección, como un modelo válido para empoderar luego. Y también de cara a lo que luego nuestros niños y nuestras niñas perciben de su modelo de familia, en tanto en cuanto tú lo has trabajado y tú lo percibes como modelo plenamente válido. Eso para nosotras es muy importante. También porque la elección a veces se nos vuelve en contra y creo que esto tiene mucho que ver con el hecho de ser mujeres. Por ese rol tan asumido que tenemos de los cuidados, de alguna manera, como encima lo hemos elegido. Tenemos que trabajar el salir de ahí para pedir ayuda.» (Pilar)*

### 2.3. EL AUTOCUIDADO: DEL SACRIFICIO AL AMOR PROPIO

La falta de tiempo propio y las experiencias de exclusión que describen las mujeres entrevistadas originan en ellas sentimientos de soledad, de extrañeza y, sobre todo, de vulnerabilidad. Son sentimientos que, según su relato, no parecen condicionar negativamente su proyecto de familia, pero sí su necesidad del autocuidado.

*«Necesito descansar. Tengo un agotamiento de llorar de agotamiento. Necesito encontrar espacios para mí. Necesito reírme y divertirme, aunque sea un ratito a la semana. Algo que he validado es que necesito que mis amigas vengan a verme. Que hasta ahora siempre voy yo con la niña puesta a todos lados y me doy cuenta de que siempre voy yo, que es lo que está pasando, el "bueno, venga pues voy yo". O sea, de repente es como: "No". No valido que la gente de antes no venga a verme. No valido tener que ser siempre yo y desde ahí lo*

*he expresado, he puesto un calendario y he puesto visitas de cada una y les he pedido que vengan una vez al mes una tarde cada una. No a cuidarme a mi hija, sino a verme. O sea, necesito validar que tengo que dosificar el cansancio, la energía. Y que si siempre voy yo a todo... Es eso. Puedo ir a todo, pero ¿a costa de qué? ¿Puedo validar que puedo pedir a mis amigas que vengan una vez al mes a verme? Pues lo válido y lo pido. Yo pasé de la carencia absoluta del "nadie me quiere y todo el mundo ha desaparecido", pin, pon, pin, pon y de repente, cambié el chip. Empecé a hacer amistades, grupos y tal, pero a la vez es que... se lo digo a mi hija: "es que me has traído cosas preciosas". Es que alrededor de ella han nacido cosas que no habrían nacido si ella no hubiese estado.» (Ana)*

*«La asociación me ha ayudado como mujer y como madre porque yo no me valoraba. Me enseñaron a hacer esa diferencia entre ser madre y ser mujer. Y la importancia también de cuidarme a mí misma porque no me daba cuenta y no lo valoraba. En su momento, claro. Ahora ya es otra cosa hablar o apetecerme quedar con otras personas, otras mamás... No. No me lo permitía.» (Charo)*

*«Ahora empiezo un poco a hacer una vida de mujer, no de madre. Pero es verdad que, a lo mejor hasta los tres años, yo dejé de salir y dejé de relacionarme. Y es algo que yo sí que lo echo mucho de menos, pues quedar, salir un día, claro. Y eso ahora ya sí que empiezo un poco a hacerlo, pero estuve como tres años que yo era madre. Ni amigas casi, ni nada. Eso para mí desapareció. Ese espacio que es importante y que tanto reclamamos, pues ahí no, no existe.» (Laura)*

El autocuidado, en todo caso, está siempre supeditado a la crianza y el cuidado de las y los hijos. De ahí que la conciliación, la corresponsabilidad, las redes de apoyo, los recursos municipales y otros servicios comunitarios son fundamentales, especialmente en determinadas épocas del año.

*«Para mí, durante el curso es más fácil encontrar momentos, pero el verano es brutal. Ha llegado a darme miedo que llegue el verano, pero miedo. Llego a considerarlo una amenaza. Por un lado, porque se acaban esos ratitos que puedes dedicarte a ti. Se acaba esa posibilidad porque ya es 24 horas, siete días a la semana, tres meses y entonces, el saber que se acaba me genera mucha angustia. Y luego, tener que llenar tantas horas del día, porque es como que vivimos en el mundo al revés. En invierno hay menos horas de día y, sin embargo, hay miles de actividades. Que si la escuela, extraescolares, tu trabajo, la casa, no sé qué. Es como que no te da el día para todo lo que tienes que hacer y estás ahí todo el rato en esa sobrecarga vital. Y luego, llega el verano y es como un desierto. De repente no hay posibilidades de extraescolares, de escuela, de trabajo, de actividades. Yo me he visto en tener que dejar trabajos porque llega el verano. Yo me veo como que tengo que hacer más de lo que realmente el ánimo me permite. Ahí sí que me parece una castración brutal de la vida propia. El verano me parece terrorífico y ni siquiera me había imaginado nunca que el verano me pudiera dar miedo porque la gente, por lo general, disfruta del verano.» (Sara)*

*«El poco tiempo que me doy, que realmente es poco, es mientras él está en la guardería. Igual cuando estaba trabajando, en mis días libres lo mismo. O sea, aprovechar de repente e ir al centro comercial a comprarme algo con calma o tomarme un café. Pero mi vida social sí es muy reducida. Se reduce más en consentirme yo misma.» (Carmen)*

Las mujeres entrevistadas ponen en gran valor los autocuidados; saben que les permiten una conexión y reencuentro consigo mismas al representar estos una recuperación de la autonomía en parte perdida al tiempo, pero también son conscientes de que en el autocuidado hay una conquista de empoderamiento

personal que no siempre se permiten al haber asumido como propio el mandato de la responsabilización individual que socialmente se ha depositado como mujeres que crían solas.

*«Como mujeres, primero nos tenemos que dar nosotras el permiso de decirnos: "Es que lo necesito. Necesito hacer vida más allá de mis hijas o de mis hijos por salud mental". Y esto es algo que nos cuesta. A mí misma me está costando un montón. Que digo: "¡No! Yo necesito tiempo para mí misma". Y como mujeres, creo que en esto estamos más castigadas por el hecho de ser mujer, por lo que decimos de que históricamente somos las que nos encargamos de los cuidados. Para romper esa dinámica y decir: "Cuido de mis hijas y además cuido de mí misma". Y esto es algo que yo intento recalcarlo con mis niñas y cuando yo me voy a mi curso una vez al mes, ellas saben que no pueden estar conmigo porque es tiempo para mí. Pero, al final, esto es una lucha interna de: "pues es que me lo merezco". Y me lo permito, claro. Si tengo que estar pidiendo permiso, pues malamente.» (Gema)*

*«Poder decir: "oye, quédate con mi niño que voy a salir a tomar un café con mis amigas porque me va a estallar la cabeza" o porque quiero ir al cine. Más allá de lo que es cuidado estrictamente para poder trabajar. Pedir ayuda para trabajar, como que vale, pero ya pedir ayuda para otra cosa... Entonces, ahí el hecho de haberlo elegido también se nos vuelve en contra. Es un trabajo que también tenemos que hacer para salir de ahí y decir: "oye, ¿qué pasa? Aquí todo el mundo pide ayuda y todo el mundo necesita ayuda". Eso lo tenemos que trabajar también.» (Pilar)*

*«Necesitas mucho más dedicarte a ti y ocuparte de ti y de tu bienestar y de tu vida personal y de tu situación personal porque, como te está demandando más esa circunstancia vital, necesitas estar especialmente bien para poder con esa sobrecarga, con ese extra. Y entonces es muy difícil encontrar el punto y yo siento que llevo todos estos años tratando de encontrar ese punto. Para que quienes dependen de ti estén bien, tú tienes que estar bien. Si tú no estás bien, no puedes ocuparte bien de quienes dependen de ti. Entonces, entras ahí como en esa pescadilla que se muerde la cola. A mí me parece que una de las cosas más importantes o más prioritarias es tratar de cuidar mucho qué cuento me estoy contando, cómo me estoy contando el cuento de lo que me está pasando, cuidarlo muchísimo para cuidar la salud mental. No caerme en el pozo de la víctima o del dolor, o de la frustración vital... Es súperimportante poner atención en que cuando veo que mis pensamientos se van hacia allá, intentar pararlos lo antes posible para que no cojan fuerza y pararlos, pero hay mil historias. Puedes ponerte una canción de música que te guste y que te raye el cerebro, así como cuando no te la puedes quitar de la cabeza. Cualquier cosa. Tratar de alimentar todo el rato todas esas cositas que te ayudan a tener bien la barrita de la vitalidad. Y un poco así, o sea, una gestión todo el rato de tu bienestar, de tu salud como centro para el bienestar y la salud de quien estás cuidando. A mí eso me parece fundamental.» (Sara)*

La pareja y la sexualidad son dos temas que también tienen presentes las mujeres entrevistadas y de forma diferenciada. Mientras que existe una opinión unánime entre ellas de no desear tener una pareja, sí tienen una conciencia clara de la importancia que juega la sexualidad en sus vidas, siendo este uno de los temas, según expresan, que hablan con otras mujeres que también son monomarentales, especialmente cuando las y los hijos van siendo mayores. La división que hacen de ambos aspectos es congruente con la autonomía e independencia con que estas mujeres se expresan.

*«Ese intervalo inicial de la crianza te come todo el tiempo, ¿no? Con los niños pequeños no tienes ni energía ni tiempo. Pero ya hace tres, cuatro años que yo me quiero empezar a encontrar como mujer. Yo añoro mi sexualidad, añoro la seducción, añoro el abrazo, añoro el coqueteo, añoro el salir a... sentirme mujer. Ahora de vez en cuando, que ya están los niños criados, me voy enfocando en otras cosas y empiezo a hacer actividades, algo de deporte y empiezo a tener esos espacios para leer... Yo no me planteo... es decir, no necesito una pareja, pero sí necesito esa alegría.» (Rosa)*

*«En nuestro caso, el tema de volver a tener una pareja no es tan relevante. Yo creo que, en general... en los grupos que tenemos y en conversaciones que salen entre nosotras y tal, no va tanto con el tema de volver a tener una pareja. Eso no es una preocupación general, pero sí interesa más eso, retomar la vida sexual. Moverte...eso sí. Eso se comenta mucho.» (Pilar)*

*«Yo hasta el día de hoy no he rehecho mi vida porque no sé si fue inculcado inconscientemente, pero mi mamá, cuando yo tenía cinco años, se separó de mi padre y nunca más ha rehecho su vida. Llámalo casualidad, llámalo como quieras o llámalo ejemplo, no lo sé, pero yo me separé del padre de mi hija y no he rehecho mi vida. Estoy tan bien conmigo misma... Ya cuando estás tan bien contigo misma, has superado lo que ya has pasado. Hay veces que te duele recordarlo, sí. Pero a la vez te haces otra vez fuerte, porque mira, has pasado esto y ya evitas cometer los mismos errores. En mi caso, claro. No me hace falta otra persona, me valgo por mí misma, en el sentido de trabajar, que no hago que le falte nada a mi hija. Y entonces, yo estoy bien. Cómoda. Que yo no me veo con otra persona. No me veo.» (Charo)*

#### 2.4. NARRACIONES PROPIAS: ENTRE LA CULPA Y EL ORGULLO

Uno de los aspectos determinantes en la narración que hacen las mujeres entrevistadas de su propio proceso personal es el de la edad de sus hijas e hijos; esta es una referencia clara en la que se apoyan cuando cuentan los pasos que han dado en su proceso de empoderamiento, resultando revelador de cómo su maternidad, la crianza y su responsabilidad maternal las condiciona.

*«A partir de los tres, cuatro años de los niños, volví a empezar a ser otra vez mujer. Ya sabía que, durante una buena temporada, no sabía exactamente los años, iba a pasar eso de que tú vas a estar en un segundo plano, vas a estar como que eres lo último. Bueno, lo último, quiero decir, tu ocio, tus relaciones sociales cambian, ¿no? Entonces, bueno, ahí sí que perdí amigos. Pocos, pero alguno sí que se cayó por el camino. Dejan de llamarte y ya los planes no son contigo. En cambio, otras muchas se mantuvieron y se siguen manteniendo. Supieron que había ahí un impás, había un paréntesis y dicen: "cuando puedas nos llamas y salimos". Y cuando puedo, llamo y salimos. Todo el mundo dice: "pero ¿no estás cansada?". Sí, cansada estoy físicamente, pero mentalmente no sabéis lo bien que me sienta. Siendo monoparentales, aprendemos a ser muy efectivas. Pues yo hago de todo en ese espacio.» (Elena)*

*«Cuando las niñas ya tenían casi dos años, después de haber atravesado todo el proceso de separación, de salir adelante y demás, de ir saliendo a la vida, conocí a otras dos mujeres aquí donde yo vivo. Y claro, yo pensaba: "Si yo, que he atravesado por todo esto, considero que estoy aprendiendo bastante, seguro que aquí hay otras mujeres en mi situación". Entonces con esas otras dos compañeras cree la asociación. Ellas estaban en la misma situación. Entonces, decidimos juntarnos las tres porque dijimos: "bueno, pues esto igual que nosotras hemos atravesado esta dureza y estamos en ello...", porque las tres, una de ellas estaba embarazada, las mías eran muy chiquitinas y la otra tenía una peque*



*también muy pequeñita; así que las tres decidimos juntarnos para apoyar a otras mujeres.» (Gema)*

Otro elemento en el que se observa cómo les influye su identidad de monoparental es lo que les cuesta verse en el del paso del tiempo, es decir, lo que les cuesta proyectarse en el tiempo y verse como mujeres en el horizonte, si bien en este idean principalmente objetivos vinculados a proyecto laboral al tener más tiempo personal, además de otras expectativas vitales.

*«Quiero pensar que voy a estar mejor socialmente. Que voy a tener más vida social, que voy a tener un mejor puesto de trabajo porque tendré más tiempo para trabajar y tendré más tiempo para dedicarme al trabajo. Porque si estás criando, no puedes trabajar una jornada completa. Entonces espero tener mejor puesto de trabajo, mejores condiciones salariales y más vida social. Yo quiero verme así. Esa es mi esperanza. También me encantaría estar con más tiempo porque estoy agotada, pero seguiría así con un poquito más de tiempo.» (Ana)*

*«Yo estoy estudiando. Estoy con las oposiciones, o sea que ya espero que, si no con plaza, acabe trabajando de algo relacionado. Y me gustaría tener otro hijo. Yo soy hija única, entonces nunca quise un hijo solo.» (Mari)*

*«Me visualizo teniendo un trabajo ya estable, con mi hija más grande y quiero pensar que bien. Afrontando las cosas como vayan viniendo, pero adelante, siempre adelante.» (Concha)*

Pero posiblemente el tema más controvertido en la propia narración que hacen las mujeres entrevistadas es el referido a los orígenes de sus hijas e hijos tanto para abordarlos en sus entornos como también y, sobre todo, en el momento de la revelación a sus propias hijas e hijos. Sin duda, se trata de un asunto de máxima delicadeza que las pone delante del espejo de la inadaptación que su modelo de familia tiene en una sociedad donde son las familias biparentales, casadas, de un hombre y una mujer, las consideradas como normales.

*«Le hablo de mamá, que somos los dos y que es amado por todo, pero sí, todavía no entro en el tema como tal, no sé cómo llevarlo, es que también está muy pequeño. Trato de hablarle igual, pero no así ampliamente. Todavía. Emplea la palabra papá para dirigirse a otra persona, a veces a la chica que vive conmigo y también a mí, pero yo natural, pues cuando me dice papá, yo le atiendo igual como: "sí, dime, dime qué quieres" o lo que sea.» (Carmen)*

*«En mi caso tiene relación con su padre desde siempre. Entonces no he tenido que explicarle el origen. Sí me preguntaba cuando era pequeño que por qué nunca me había casado y bueno, pues le expliqué un poco como pude. Que sí que había tenido alguna pareja, pero que no habían surgido esas ganas de comprometernos a ese nivel. Pero vamos, que sí, que más que nada era que por qué no lo había hecho, por qué los demás sí se casaban y yo no. Y me acuerdo de que fue bonito porque yo le había dicho: "Pues no, había estado con algún chico y tal, pero nunca hemos llegado a esto". Y él me dijo: "¿y con una chica, mamá?". Y eso estuvo guay, pero bueno, sin más. Él ha tenido siempre relación con su padre, de hecho, su padre se fue a vivir a otro país, se fue a Londres y ahora ha venido.» (Sara)*

Este es, posiblemente, de todos los temas abordados en las entrevistas, en el que se han observado más dificultades y contradicciones entre las mujeres a quienes no les preocupan la opinión o reacción de los otros adultos, sino de sus hijas e hijos, así como que estos puedan pasarlo mal por lo que les digan sus iguales.

*«Mi bebé todavía no me ha hecho ningún tipo de pregunta. Sí el entorno, lógicamente. En la guardería, mi familia en su momento... La única pregunta a la que me he tenido que enfrentar un poco fue a la sobrina de una amiga mía un día que, en una reunión, me dijo: "¿Dónde está su papá?". Claro, ella tenía 6 años o una cosa así, y yo le dije tranquilamente: "No tiene papá, solo tiene una supermamá". Y dijo: "vale". Y ya. No tuvo más curiosidad. El día de mañana, cuando tenga yo que contárselo a él, lo temo. Le tengo terror. No sé cómo lo voy a abordar todavía. Bueno, por supuesto, voy a intentar normalizarlo todo lo que pueda, pero ese momento es lo único que a mí me tiene intranquila desde que yo decidí tenerle a él. No saber transmitirle o que él piense que no somos suficiente o que tenga la sensación de falta. Que yo no sepa transmitirle que somos dos y ya está, que estamos bien. Ese es el único miedo que yo tengo, pero por lo demás no. A mí la gente me da igual.» (Diana)*

*«Las preguntas suelen hacerlas los compañeros del cole. Yo nunca le doy ninguna explicación a mi entorno de madres y padres de cole ni de guardería. En conversaciones que ha salido, digo: "No. No tienen padre". Punto, nada más. Hay gente que supongo que pensará que estoy divorciada, pero no me importa porque es el pensamiento común, que estoy divorciada. Pero si no sale en conversación, ni lo cuento, ni lo descuento, ni nada. A nadie le importa, a no ser que tenga una relación más cercana con esos padres o esas madres del cole. Entonces, los niños les empiezan a preguntar muy pronto por qué no tienen papá, dónde está su papá. Y no todos los niños porque no todos los niños tienen la misma curiosidad. Hay niños muy curiosos y que les llama muchísimo la atención, y otros niños a los que les importa cero. Entonces, yo a mis hijos les conté la verdad desde el principio, desde que me empezaron a preguntar. No conté nada hasta que no tuvieron curiosidad. No dije absolutamente nada, ni para bien, ni para mal, ni más explicación ni menos. Nada. Entonces, cuando me empezaron a preguntar, yo les conté que lo mío fue inseminación. Entonces, les conté que en los hospitales había un banco de espermatozoides y fui allí y dije que quería ser mamá sin padre, sin otro progenitor. Y entonces, hay unas personas, los hombres, que donan los espermatozoides y los utilizan para fecundarme a mí el óvulo. Y nacieron ellos. Entonces mi hija, que es muy así ella, el año pasado que tenía siete años, les iba contando a todas las niñas que preguntaban cómo era esto de ser hija de donante, porque ahora ella ya dice que es hija de donante. Cuando le preguntan si tiene padre, ella dice: "No. Que soy hija de donante anónimo". Imaginaos los niños. Flipa todo el mundo. Nadie sabe qué es eso. Entonces claro, ponen caras y ella explica: "Pues nada, soy hija de donante porque mi madre fue al hospital para que le dieran los espermatozoides". Y entonces la explicación de la niña es: "mamá, nadie me entiende porque nadie sabe lo que es un espermatozoide". Y ahí ves a la niña explicándoles a los demás compañeros lo que es un espermatozoide. La que se ha liado en segundo de Primaria.» (Elena)*

El momento de la revelación de los orígenes a las hijas e hijos es muy diferente en el caso de las madres por elección al de las madres que crían en solitario por circunstancias sobrevenidas. Sin embargo, en ambas situaciones predomina el temor y la dificultad de tratar con naturalidad un aspecto que es fundamental para el niño o niña en su proceso de crecimiento, aflorando de esta forma las contradicciones de la propia mujer que se debate entre las dudas, la culpa y la autoafirmación.

*«La última vez que su padre la vio tenía un año y dos meses, entonces ella no se acuerda de él para nada, pero vio fotos; casualmente en el móvil yo guardo todo y vio fotos con ella. Y me preguntó quién era y le dije quién era. Ella sabe perfectamente, lo conoce y me decía: "Este es mi padre", pero sin más. Y hace poco estábamos pasando fotos porque estaba buscando una y estábamos con una amiga de ella y dijo: "Ay, espera, espera, que le quiero enseñar a mi padre. Este es mi padre, mira, se llama Manolo. Lo quiero mucho". Me quedé mirando para ella y dije "Uh, pues vale". Y nada. Después, hace unos días me dijo: "Es que mi padre es Manolo y lo quiero mucho y lo echo de menos. ¿Y por qué nunca lo veo?". Y le dije: "Pues estará muy ocupado. No lo sé. Está trabajando mucho". ¿Sabes? No le di mayor importancia tampoco. Entonces me senté delante de ella, porque yo tengo a mi padre, que ella de pequeña le llamaba papi porque me escuchaba a mí... y le dije: "A ver, un padre yo creo que es el que te cuida, el que está contigo cuando te pones enfermita, el que te compra ropa si lo necesitas, el que te lleva al cole". Y mi padre se llama Paco y le dije: "bueno, pues Paco es tu abuelo y es la familia que tienes". Y se quedó tranquila. No me volvió a preguntar nada más hasta ahora. Pero bueno, que ella lo conoce de fotos y lo tiene bastante asumido también. Yo creo que ahora lo tienen más normalizado ellos que nosotros porque en el cole con ella, por ejemplo, son diez en el cole, uno vive con su padre y con los abuelos. Hay otra niña que también vive con su madre, que lo tuvo sola y en clase yo lo hablé con la tutora y me dijo que intentaban no tocar esos temas porque ahora había mucha diversidad de familias y que procuraban no meterse. No entrar ni para una cosa ni para otra. Hasta ahora.» (Mari)*

Gran parte de las dificultades y miedos podrían ser equilibrados si desde los centros educativos se tuviese incorporada la diversidad familiar de una forma programada y transversal, sin dejar su abordaje a que suceda algo que requiera hablar del tema. Además de su inclusión en los libros de texto, sería de gran apoyo a las familias monoparentales, especialmente a sus hijas e hijos, a la hora de no ser vistos ni tratados como bichos raros.

*«Es un tema que me preocupa, pero no por nosotras sino por el entorno. La gente no es consciente de lo poco que sabe de nosotras. Por ejemplo, su profesora. Yo sí le especifiqué que éramos una familia monoparental porque quería saber cómo abordaban el tema de la familia, porque creo que se debe formar e informar a todo el entorno y a toda la sociedad sobre la diversidad familiar, no solamente la monoparentalidad, sino sobre las familias diversas, porque la gente está acostumbrada a hablar de biparentales, a legislar para biparentales, a todo para biparentales. Yo sí lo hablé con la profe y la profe me dijo que había dos familias monoparentales más en clase y yo luego he visto todas las fotos de la familia, he preguntado en el chat de padres, y resulta que no hay ninguna familia monoparental, que a lo mejor hay padres separados, pero no hay familias monoparentales. Desde el momento en el que la profe va a tratar a la familia durante un trimestre y no sabe lo que es una familia monoparental estamos empezando con una base que no. A mi hija su mejor amiga le ha dicho: "quítate de aquí que tú no tienes padre; su mejor amiga. Lo estoy haciendo de manera intuitiva y preguntando; he hecho algún taller de revelación de orígenes. Yo estoy convencida de que hay que tratarlo de manera natural, pero que hay que tratarlo. Lo he hablado con la profe, le he dicho que era necesario que no se asociase la ausencia de un progenitor con una carencia porque le dijo "quítate que tú no tienes padre" como si no tener padre fuese algo malo, ¿no? Entonces creo que es necesario debatir, informar, sobre todo porque hay muchas cosas a las que la gente no está acostumbrada y los otros padres no tienen ni idea de que, a lo mejor, que no haya un padre no es algo malo. Creo que debería haber más formación a los profesores. No hay una manera específica de nacer. O sea, sí, puede haber amor,*

*amor por mi hija, y eso también es amor. Y eso se debería incluir en las clases de cómo se nace, más que decir "se nace por la unión de un hombre y una mujer"; eso todavía lo dicen algunos libros de texto. Y no necesariamente tiene que ser porque dos personas tienen sexo. También puede ser porque una madre decide ser madre y va a un laboratorio y hay el mismo amor que pueda haberlo en otra situación. O puede que no haya amor pero que el amor venga después.» (Ana)*

Un momento fundamental durante las entrevistas fue cuando algunas mujeres compartieron sus estrategias de revelación de los orígenes a las y los hijos. Sin embargo, dada la inexistencia de una cultura de diversidad familiar tanto en las comunidades educativas como en los entornos más cotidianos, se valora muy necesario que este sea uno de los aspectos a tener presente por las asociaciones de familias monoparentales, tal y como se expone en el último capítulo, pero también por las organizaciones de infancia y las administraciones competentes en protección de los derechos de la infancia, pues son estos los que se están vulnerando al exponerles a situaciones de discriminación por la falta de información y formación en diversidad familiar en los espacios educativos a los que asisten día tras día.

*«Con toda la naturalidad del mundo y de forma gradual, como un cuento. Yo de hecho es una de las tareas que tengo ahora pendientes por falta de tiempo, pero yo quiero escribirle mi cuento a mi hija y contárselo yo. No basarme en otros cuentos, los puedo tener como ejemplo, pero quiero contarle su historia. No lo hice cuando estaba embarazada y contarle es una asignatura que tengo pendiente. Y ese cuento lo iré, supongo, modificando con el tiempo, adaptando el vocabulario a medida que ella vaya creciendo, pero que lo vea de forma natural. Y sí, en mi caso es fecundación in vitro. Evidentemente, es una personita muy chiquitita, no va a entender esas cosas, pero quiero ir modificando poco a poco el vocabulario hasta que ella sea una persona que lo pueda entender bien. Así, sin más. Con toda naturalidad. Es parte de nuestra vida y creo que se habla con naturalidad. Ponte, ponte en su lugar. Tú ya hoy como persona adulta, ¿vale? Si tú hubieras sido hija así, de una mamá sola, ¿cómo te gustaría que lo contara? ¿Cómo te gustaría que hubiera hecho eso? Yo me pongo mucho en esa situación. Y cosas que hago, no para mí, sino digo: "¿a ella cómo le gustaría verse...?". El hecho incluso de tener fotos. De mayor, cuando crezca, pues que se vea cómo era de pequeñita. Y digo: "pero yo también tengo que estar porque querrá ver cómo era la mamá cuando estaba ella de pequeñita". Y no sé, yo me pongo en esa situación, digo: si yo estuviera en su lugar, ¿cómo me gustaría que me lo contara? Evidentemente, hay palabras que solo va a entender cuando sea grande, pero bueno, el hecho ya de tú prepararlo creo que es importante.» (Concha)*

*«La asociación me parece superimportante, que mi hija vea que hay otras familias como las nuestras. Cuando estuvimos en la manifestación, en la concentración para reclamar nuestros derechos, ahí, antes de ir a la manifestación, le dije: "mira, vamos a ir a una manifestación en la que todas las familias van a ser como la nuestra, que tienen una mamá y una niña o dos niños", o creo que había un papá por ahí. Ella canta mucho la canción de "yo tengo una familia monoparental" y el otro día le dije: "¿tú sabes lo que es una familia monoparental?". Y me dijo: "no". Y digo: "pues es una familia como la nuestra, que solamente hay una mamá, y puede haber una mamá, dos papás...". Entonces, sí que creo que también es importante hablarlo, no estar todo el día machacando, pero cuando surge, pues eso.» (Ana)*

### 3. «YO QUIERO»: HERRAMIENTAS PARA EL EMPODERAMIENTO

#### 3.1. LA PROPIA ESTRUCTURA DE MONOPARENTALIDAD

En la toma de conciencia de la identidad de monoparental de mujeres que crían en solitario es donde se arraiga el empoderamiento personal de las madres entrevistadas al permitirles vivir su experiencia de maternidad de una manera más libre. En su caso, las decisiones sobre la crianza y la educación de las hijas e hijos no entran en los conflictos que se pueden llegar a dar en las relaciones de pareja. Esto es algo que ellas dicen experimentar como algo positivo. No echan tanto en falta otra figura progenitora, excepto en aquello que podría haber facilitado el reparto de tareas y aliviado la situación económica, principalmente. Desde sus particularidades, asumen quiénes son, su situación de monoparentalidad y lo que hacen. Es desde ahí desde donde surgen su conciencia y su agencia como madres.

*«No cambiaría lo que tengo y cómo lo tengo por nada del mundo, pero sí que es verdad que pienso que el apoyo, la red en todos los sentidos, tanto económico como de ayuda, como de cualquier cosa que se tiene, cuando hay una pareja es el doble. Y a la hora de estar yo sola, evidentemente afrontar todo sola, yo pienso que lo estoy manejando bastante bien. Pero aun así no quita que en infinidad de momentos diga: "Dios mío, si todo lo hubiera hecho con más apoyo, con una pareja, con otra familia, con otro entorno, hubiera sido mucho más fácil". Eso sí lo sigo pensando.»* (Diana)

*«Respecto a una pareja, pues quizás echo de menos la parte logística, eso que hace mi hermana de: "Me voy a comprar leche" y bajar cinco minutos y desconectar. Yo eso lo envidio mucho, el poder tener cada día un ratito. La gente que dice lo de: "No, es que mi pareja... Es como si fuese monoparental, mi pareja llega a las 20:00 de la tarde". Ya quisiera yo a las 20:00 de la tarde poder relajarme un poco. Entonces, echo eso de menos. Por otro lado, creo que las cosas que no me está dando una pareja, creo que estoy teniendo unas experiencias que no habría tenido si hubiese tenido esa pareja. Pues, por ejemplo, la red de madres, el estar tan activa con el tema del activismo. Pero, no lo sé. Tengo apoyo emocional y logístico, pero creo que eso no te lo tiene que dar una pareja necesariamente.»* (Ana)

*«Amigas que tengo que están casadas, otras divorciadas con hijos y me dicen: "No sabes la suerte que tienes. Si yo pudiese volver atrás haría como tú. No tendría pareja porque ya no es solo el hecho de ponerte de acuerdo con otra persona, sino con la familia. Que si el niño quiere que vaya al campamento o a la montaña. No, yo quiero que a la playa. No, que yo quiero que coma esto. No. Que ya no es solo tú o tu pareja, ya es el entorno de tu pareja. Así que, en nuestro caso, yo hasta el momento la verdad es que asumo que, tanto para lo bueno como para lo malo, será solo mi criterio y bueno, podré tener de mi entorno opinión o demás, pero no sé, lo veo como algo positivo en lugar de negativo. No me voy a tener que pelear con nadie. Así lo digo yo. No sé las demás.»* (Concha)

Las decisiones sobre sus hijas e hijos las toman ellas y es esa responsabilidad familiar en exclusiva la que las lleva tomar las riendas, a identificar sus capacidades y también sus limitaciones. Cuando estas aparecen, y son conscientes de ellas, expresan cómo tratan de buscar apoyos y ayudas en personas que son para ellas

referencias o afines. No pocas veces es resultado más de una estrategia de supervivencia que de una fórmula de desarrollo personal. Su empoderamiento está fuertemente determinado por situaciones vinculadas a su dinámica cotidiana y su situación personal.

*«Tengo una amiga en la que más me apoyo para todo. Ella tiene el título de mi subconsciente. Enseguida cuando quiero hacer algo, voy a hacer algo, entonces ya le comento. Tengo mi hermana aquí también en España, que nos hablamos y todo. Pero yo no quiero... no le transmito muchas cosas de mi dolor o inquietudes porque si no enseguida le transmite a mi madre y yo no quiero. No quiero eso. Entonces, aquí en la que más, más, más confío es en mi amiga. O hago redes, que he aprendido mucho, a hacer redes con las mamás del colegio. Cosa que años no lo hacía. Años atrás no lo hacía. Aprendí también a eso. Aprendí también a confiar y a dejarla un poquito más libre a mi hija. Sí, sí. ¡Uh!, me costó, pero lo aprendí. Ese espacio de cada una me lo he aprendido.» (Charo)*

*«Yo no busqué a mis iguales antes, sino que las busqué, en realidad, ya teniendo a mi bebé. Buscaba: "bueno, a ver. ¿Dónde hay más mujeres como yo?".» (Itziar)*

*«Yo creo que mi hija me ha traído clarividencia, digo yo, para ver lo que quiero, lo que no quiero, lo que es importante, lo que no. De la gente, de personas, de cosas, todo. Entonces, no sé. Desarrollas un algo, aun siendo muy nerviosa o queriendo hacer las cosas muy bien, priorizas. Dices: "pues esto es lo que hay. Se queda así. Me da igual que estén las cosas por medio. Quito lo básico porque esto, si lo paso, me caigo. Voy a tropezar así que lo quito y ya está. Si no, pues punto final". No sé, creo que es supervivencia y nos acostumbramos.» (Concha)*

*«Pero a veces te da el bajón. Tengo una mejor amiga que conmigo hace ya... los años que fueron. Y ella sí está en pareja y bueno, nos retroalimentamos la una a la otra. Esto es otra cosa que yo le diría a las madres: "Tenéis que tener a alguien. Alguien". De estas personas que tú puedas hablar y que no te juzgue. Esta persona que tú puedas contarles cosas y, aunque te dé un consejo, sabe que tú puedes hacer o deshacer. O sea, tú me puedes dar un consejo, pero yo soy la que llevo el timón de mi barco, ¿no? Es decir, está bien que me lo cuentes, pero yo puedo hacer. Y eso lo tengo con mi mejor amiga. Ella me cuenta, si yo tengo que llorar yo estoy ahí para llorar sin que ella me diga: "¡ah! no llores más". No. Lloras y si tengo que cometer un error, pues nada. Lo he cometido. Volvemos a la línea de la vida. Es la línea de la vida. Yo le digo a ella que no pasa nada, que no estamos en una religión, que vas por la línea y si te caes te azotan o te queman en la hoguera o algo así. ¡No! Estamos en la línea maravillosa de la vida donde, si te caes, te vuelves a subir. Pues eso. Que no pasa nada. Que nosotras tenemos esta ideología de que vamos por la línea, nos caímos porque pensamos que tal... venga, no pasa nada. Nos subimos y nadie está ahí para decirnos: "¡Eh! Lo hiciste mal". O sea, es que eso es libertad. Yo lo que tengo es libertad y eso es maravilloso.» (Lucía)*

Es desde la propia estructura de monoparentalidad desde donde surge la necesidad de salir adelante, de ellas dependen sus hijas e hijos. Es esa identidad de monoparental la que denota la dimensión personal del empoderamiento que permite reconocer las propias capacidades también para generar vínculos con las relaciones cercanas, las redes de apoyo. Pero no solo eso, también les permite abordar dicha identidad desde una dimensión como colectivo que implica tanto la asistencia como incidir políticamente y hacer una transformación social.

«Como nuestros niños son todavía la mayoría muy bebés, igual no hemos tenido todavía que desarrollar muchas estrategias que en unos años sí tendremos que plantearnos. Yo, por ejemplo, a nivel de crianza creo que me empodero porque pienso que lo estoy haciendo bastante bien cuando, yo sé que las comparaciones son odiosas, pero cuando me comparo o comparo la manera en la que yo estoy educando a mi hijo y veo otros modelos de familia, u otros niños, u otros tipos de crianza, me empodero porque pienso que estoy eligiendo correctamente la manera de hacerlo; y cuando no, pues pienso que soy humana y que todos tenemos derecho a equivocarnos y que mañana será otro día, que lo puedo volver a intentar y hacerlo mejor. Pero yo, más que nada, me estoy encontrando dificultades en el tema social y en el tema laboral, más que en el tema crianza. Y entonces en ese sentido, por ejemplo, sí que es para mí muy importante contar con la asociación y contar con que puedo tomar referencia de otras personas que ya han pasado por problemas a los que yo me estoy enfrentando, por ejemplo, en el tema de la conciliación. Entonces, mi estrategia es saber que tengo referentes, saber que puedo contar con ayuda, saber que puedo tirar de lo que tenga a mi alcance para poder ayudarme, para conseguir mejorar mi situación y poder criar correctamente a mi hijo. Bueno, correctamente... Para poder criarlo simplemente porque es que yo, por ejemplo, en el tema laboral me encuentro con muchos problemas de conciliación. Entonces, son herramientas que tengo que ir desarrollando todavía, que no las tengo.» (Diana)

«Uy, yo me levanto y ya antes de acostarme mi hija tiene que tener preparadas sus cosas porque si no... Unas cosas del psicólogo que aprendí fueron los puntos positivos. Entonces, si ella no junta todos los positivos, mal. Porque tiene castigo. Entonces, ella se espabila un poquito más y me ayuda en ese aspecto. Entonces... me da miedo. Porque veo a tantos chavales por ahí que andan, ¡hala!, a su aire o hacen tonterías o hacen lo que quieren y ese es uno de mis miedos. Entonces, a la noche ya tiene que estar organizado porque al día siguiente ponemos despertador y ella a lo suyo porque ya es mayor. La dejo en el cole a las 09:00, me voy al trabajo hasta las 15:30. Cinco horas. Salgo de ahí y me voy a la asociación. Estoy en ropero y tengo que recibir todo lo que se dona, dar cita a las mamás para darles ropas y organizar todo lo que es la ropa, que a mí me encanta. Y me quedo ahí hasta las 19:30-20:00, que llegue a casa, y la cena. Y hace seis meses que adoptamos un gatito y estamos ahí con el bebé.» (Charo)

Si bien los relatos difieren en función del grado de vulnerabilidad y situación de necesidad de cada familia, hay un elemento común entre todas las madres entrevistadas. Al ser su motor sus hijas e hijos, estos tienen un especial protagonismo en la articulación de la vida familiar y las razones que las impulsan.

«Yo trabajaba en todos los trabajos absurdos que había en Madrid porque, claro, era yo la que tenía que pagar el alquiler. Y que no le faltara nada a mis niños y cosas así. Tenía que pagar cosas. Exacto. Tenía que pagar el piso, que es importante, porque si no te echan. Aquí estamos con lo básico. Yo, con mis niños, estamos en lo básico. Ellos se quejan, pero es lo que hay. Ellos tienen para comer, tienen para vestirse, tienen para... No salimos, ¿no tenemos las grandes vacaciones que tiene la gente? No pasa nada. Aquí nadie se muere por eso. Muchas veces o trabajabas por la mañana muy temprano o tenías que irte muy tarde. Entonces en la hora de la mañana pensaba "¿cómo la controlo?", porque es la hora a la que tienen que ir los niños. Pues sales temprano y dejas a los niños que se hagan las cosas, que salgan aseados, que salgan desayunados, que no pase nada en el camino... Yo no recuerdo sentarme con ningún niño a hacer deberes. Ahora un poco. O sea, mis niños se han tenido que sacar solos. En mi país se trata de criar a los niños de otra manera. Casi siempre con los golpes, con las correcciones fuertes, con la idiosincrasia que tiene nuestro propio país. Aquí

*aprendes a hablar un poco con los niños, aprender a empatizar, a ponerte en el lugar, a tratar de darte cuenta de que tú también fuiste joven y que ya son otros tiempos.»* (Lucía)

*«Ahora estoy estudiando, estoy preparándome unas oposiciones. Tengo próximamente el examen y bueno, pues esto también es una carrera de fondo y soy consciente. El año pasado ya me presenté embarazada y este año vamos a ver, ojalá que haya suerte, pero no llevo todavía las cosas bien. Y, aun así, pues sabes que mi hija me va a dar la fuerza para seguir luchando y tener un futuro mejor que quedarle. Y eso creo que lo tenemos todas en común. Luchadoras, guerreras, el deseo de ser madre por encima de todo y eso creo que es nuestro denominador en común y que muchísimas de las que estamos aquí lo teníamos claro desde el minuto uno que, de una forma u otra, íbamos a ser madres.»* (Concha)

*«En mi casa es que somos dos bombas que chocamos y hacemos ¡bum! Y hay veces que llora él, lloro yo y es el caos absoluto. Entonces, yo creo que, a veces, momentos de respirar y que algún amigo o amiga... Yo hablo de amigos porque no tengo familiares cerca, entonces algún amigo o amiga que me eche una mano y decirle: "Mira, necesito salir, aunque sea a tomar un café sola y respirar un poco". O si no, incluso gritar y echarlo todo de vez en cuando.»* (Gema)

Son la figura cuidadora y proveedora, algo que representa una enorme carga personal, tal y como se ha descrito en el Capítulo 1, por la falta de políticas públicas dirigidas a la conciliación y la corresponsabilidad social a este modelo de familia. Sin embargo, ese lugar central en la familia también es lo que las lleva a proyectar su afán de empoderamiento personal frente a las dificultades propias en la crianza y su proyección personal en otros espacios como el trabajo, los estudios, las amistades, el asociacionismo...

### 3.2. REDES DE APOYO Y DE CUIDADOS

Como señalan René Landero Hernández y Mónica Teresa González Ramírez<sup>9</sup>, «el concepto de apoyo social ha sido utilizado en muy diversos sentidos: como red social, como contactos sociales significativos, como posibilidad de tener confidentes a los que se pueden expresar sentimientos íntimos y como compañía humana» (Mansilla, 1993). También se ha definido como «la unión entre individuos, o entre individuos y grupos, que mejora la competencia adaptativa para enfrentar los desafíos, tensiones y privaciones en el corto plazo» (Shumaker y Brownell, 1985). En las mujeres entrevistadas hay un claro deseo de poder encontrar en su alrededor referencias positivas con las que tejer redes en las que poder apoyarse. Es necesario destacar la importancia que desde la propia experiencia de estas madres tienen las estrategias que ponen en marcha, sobre todo desde las redes informales de pares o iguales. En este sentido, el estudio *Madres y Punto* de FAMS<sup>10</sup>, en la encuesta que realizó a más de ochocientas madres monoparentales, incluyó una pregunta dirigida a señalar con quién contaban las madres monoparentales en caso de necesitar ayuda. La respuesta mayoritaria consideraba la red de familiares y amistades como

---

<sup>9</sup> APOYO SOCIAL EN MUJERES DE FAMILIAS MONOPARENTALES Y BIPARENTALES *Psicología y Salud*, julio-diciembre, año/vol. 16, número 002. René Landero Hernández / Mónica Teresa González Ramírez. 2006.

<sup>10</sup> MADRES Y PUNTO. *La realidad invisible de la monoparentalidad en España: desde las prácticas sociales a la voz de las madres*. Federación de familias monoparentales. 2019. Assiego Cruz, V. De Uribe Gil, P. Ferreres Esteban, A. González Villanueva, M.



la que jugaba un papel fundamental a la hora de facilitar esa ayuda: el 65% de las mujeres decía que contarían con la ayuda de familiares, el 27% de amistades, el 11% de mamás/papás de los compañeros/as del colegio de sus hijas/os, un 10% reconocía que pagaba por los apoyos que necesita (bien de forma puntual o habitual) y dentro de la franja inferior al 10% estaban los apoyos que procedían de vecinas/os (7%), de familias de entidades (4%) o de recursos comunitarios (3%). Un dato significativo y preocupante era que el 10% de estas madres decía no contar con apoyo de nadie.

*«He conocido a otra madre que está en la asociación y que, además, también se ha dedicado a temas como yo con mujeres. Hay otra amiga que se parece mucho a mí que además está en la asociación y que tiene dos niños de la edad de mi hija y con ella me siento muy, muy apoyada. Luego hay otra madre que conocí también en un curso de no sé qué, de estos intensivos, que también es madre soltera en otras circunstancias y su hija y mi hija son muy amigas y nosotras también. Luego una amiga que tenía ya de antes con quien igual nos veíamos menos, pero de repente nos hemos empezado a ver, hemos estado de vacaciones juntas y nuestras hijas se llevan muy bien. Tengo una hermana gemela con dos niñas que en los dos primeros años nos hemos visto menos por las circunstancias, pero ahora estoy recuperando el contacto. Y luego en la asociación hay madres con las que también he hecho muy buena amistad. Hemos creado un subgrupo de mi barrio que también nos estamos viendo, por lo menos una vez al mes, en un sitio que siempre es el mismo y nuestros hijos se empiezan a conocer. Que no todo tiene que ser nuevo, o sea, yo lo nuevo pues superagradecida y a mí me sirve para no quedarme en eso, en el: "¡oh!, ahora que soy madre". No. No me da la gana, o sea, hay que crear y hay que salir y que el mundo está ahí para nosotras, y yo creo que es validar nuestra necesidad. Porque desde que lo validamos empiezan a venir cosas.» (Ana)*

*«Estoy en un colegio en el que estoy muy contenta con el entorno familiar y de todas las familias. Es maravilloso en ese aspecto. Convivimos muy bien y muy de igual a igual. Por otro lado, también a la salida del parque, que es el día que nos vemos, los viernes estamos allí.» (Verónica)*

*«Mi hijo es como si tuviera muchísimos tíos y tías alrededor, es como un juguete. Y la verdad es que me hace de filtro para conocer a personas a las que realmente les interese estar conmigo y con él, porque él viene a donde yo voy. Es más, si algún día salgo a tomar algo, sale él conmigo. Tenemos nuestro sitio donde vamos, donde nos conocen todos, donde todos conocen al niño y es el niño de todos. Ha sido como crear un nuevo círculo ya con el niño y que la gente, las amistades se creasen desde lo que hay y quienes somos, que somos un equipo. Donde voy yo va él. Y si hacemos una cena, viene él conmigo; y si vamos a algún sitio, también él se une al plan. Y creo que así no perdí tampoco el ser mujer y vivir también en cierto modo mi juventud, de una manera diferente, pero no la cambiaría para nada.» (Gema)*

*«Yo estoy en un piso donde también convivo con una chica en la misma situación y entonces me parece, entre comillas, genial que las dos estemos en lo mismo, o sea, con las mismas carencias y nos apoyemos. Así, saber que yo le apoyo a ella en algunas cosas como que me llena. Que, oye, a pesar de todo lo que tengo, aún puedo ayudar a alguien más y viceversa. Por eso, son como las dos claves que recomiendo: buscar apoyo en las mismas situaciones porque no hay nadie más que te pueda entender que alguien que esté pasando por la misma situación; y afianzar o darte cuenta de lo que realmente pudiste hacer y pensabas que no podías.» (Carmen)*

### 3.3. APOYO EMOCIONAL Y ESPECIALIZADO

Una de las claves que las madres aportan en el Capítulo 4 se centra en la necesidad e importancia del apoyo psicológico. El motivo se desprende de todo lo analizado en el Capítulo 1: la sobrecarga y las dificultades emocionales, psicológicas y materiales a las que se tienen que enfrentar las familias monoparentales, que no solo tienen menos apoyo social por no ser familias biparentales, a pesar de lo visto en el apartado anterior, sino por cómo sus necesidades y características están ausentes en las políticas públicas de protección social y empleo, principalmente. Es innegable que las madres que crían en solitario tienen que lidiar con una gran cantidad de problemas.

*«Me ayudó mucho ser cabezota e ir siempre con todo por delante. Pero bueno, también he de decir que, llegado a un punto de gran peso encima, la ayuda psicológica vino muy bien. Tuve oportunidad de ir a una gran terapeuta que me ayudó mucho, mucho, mucho, mucho. Sigo hoy en día en contacto con ella y la necesito mucho de vez en cuando y gracias a ello también pude, digamos sobrevivir y rescatar ciertas circunstancias. Eso y realmente pequeños momentos de respirar. Porque hay momentos que...» (Gema)*

En sus relatos, las mujeres monoparentales son conscientes de la importancia del apoyo psicológico para su salud física y emocional y también para la de sus hijas e hijos. Es especialmente significativa esta demanda entre aquellas madres que se han tenido que enfrentar a una ruptura de pareja, a un abandono o a situaciones de violencia machista, es decir, entre las mujeres monoparentales por circunstancias sobrevenidas.

*«Hasta que entramos en la asociación yo estaba en una depresión profunda. Pero yo no tenía noción. O sea, yo no me veía y no veía que le transmitía eso a mi hija. Pensaba que yo no le transmitía eso a la persona más importante de mi vida... que yo no la estaba arrastrando conmigo. No tenía esa noción. Hasta que llegué acá a la asociación y la vieron. Ella estaba ya en el borde del precipicio de la depresión también. Y yo no me daba cuenta porque yo estaba sola. Y enseguida me gestionaron psicólogos y empezamos a ahí con los psicólogos de la asociación. Me derivaron con la psicóloga y empezamos ahí a trabajar y ahí empecé yo, ¡clac!, a encender bombillas. Porque hasta ese momento yo no veía nada, yo no tenía nada. Hasta que, con la ayuda psicólogos, con la ayuda acá de la asociación en donde hablaba con todo el mundo y que me hablaban, empecé a despabilar y a entender y a valorarme más que todo. Porque yo antes no valoraba nada. Yo ahora miro una compra que hago y yo digo: "Hala. Ahora me sobra para comprar tal cosa". Pero que si yo pago el alquiler, yo pago el comedor, pago las cosas de mi hija y todo. Pero yo esas cosas no lo valoraba... En su momento, nada.» (Charo)*

*«Yo tengo ayuda psicológica por parte de una de las asociaciones. No es mayor ayuda, pues es una vez cada 15 días, pero por lo menos hablarlo, hablar del día a día o contarle a alguien cómo te sientes o tan simple como contarles: "Oye, tengo pesadillas en las noches o no puedo dormir bien" y ella me de feedback de eso a mí me ayuda. Y también cuando hay momentos, que los tenemos todos independientemente de que seamos monoparental o lo que sea, en que tenemos bajones de ánimo o que nos encontramos en un pozo. Entonces, de repente, alguien viendo tu situación desde otra perspectiva resalta algo de lo que yo le haya comentado, y eso anima, ayuda. Entonces, bueno, de mi parte, yo creo que eso a mí me ha ayudado.» (Carmen)*

El estudio de FAMS Salud Mental 2022<sup>11</sup> señala que las familias monomarentales no están exentas de los fenómenos y acontecimientos que les rodean, más bien al contrario, experimentan con mayor sensibilidad las condiciones estructurales, así como las sobrevenidas, del contexto en el que viven. Es cuando se profundiza en esta parte cuando el relato de las madres conecta con una vulnerabilidad que deja aflorar un sentimiento de culpabilidad hacia sus propias hijas e hijos, pero también las contradicciones cuando sienten los costes personales que les implica la maternidad en solitario.

*«El coste personal es muy alto. Y cuando hablo de coste personal es que tienes que meter en la mochila a tu hijo o a tu hija, ¿no? En mi caso, a mi hijo. Entonces, ahí ya, la culpa nos podemos poner a quemarla aquí entre todas. La culpa a todas nos ataca de una manera o de otra. En este caso es tu hijo el que está en medio, ¿no? Es muy complicado y el coste personal realmente va pesando, va pesando.»* (Pilar)

*«La maternidad son tantas cosas. Para mí son risas, lloros, un montón de emociones, de estrés después de todo, ¿no? De alegría, pero, a la vez, hay días de querer tirar la casa por la ventana.»* (Gema)

*«Cuando llevas un montón de años poniendo sus necesidades por delante, porque es tu responsabilidad, porque es tu cometido como madre... Ahí te estás traicionando a ti misma en tus propias necesidades y eso te pone en riesgo de preservar un bienestar para poder ofrecer luego una calidad de cuidados. Entonces, a mí me parece muy complicado, muy complicado. Si hacen falta dos personas para engendrar un hijo o una hija, será porque hará falta, como mínimo esencial, dos personas para cuidarlo. Porque, ¿qué pasa cuando nosotras somos las que necesitamos que nos cuiden? ¿Quién nos cuida a nosotras? O cuando nosotras no podemos, tenemos que poder no poder.»* (Sara)

### 3.4. AYUDAS SOCIALES

No es positiva la experiencia de las madres entrevistadas respecto a las ayudas sociales, especialmente cuando estas son públicas.

*«Yo el apoyo que tengo es, básicamente, mi familia. Porque no lo tengo ni en el ayuntamiento ni en asuntos sociales. Yo me vi sola, embarazada. Embarazo de riesgo y no podía trabajar. A mí me dijeron: "hasta que nazca la niña tú no tienes derecho a nada". Y ya. Y no te dan más soluciones. Y después con la niña, si tienes algún problema, la ayuda por persona a cargo Y ya. Con 400 y pico euros vive, paga tú un alquiler, dale de comer, viste y si tienes un trabajo, eso, los problemas que hablábamos antes. O sea, que la ayuda, para mí, básicamente la de mi familia.»* (Mari)

*«Seguimos siendo familias de segunda a la hora de la verdad. A mí me ha llegado lo de la ayuda por ser madre, la que tienen hasta los tres años, pero no por ser madre, ni por ser monoparental. O sea, las ayudas que hay son por criterio de renta, no hay ninguna ayuda que sea por ser monoparental.»* (Ana)

---

<sup>11</sup> CUANDO LO URGENTE NO DEJA PASO PARA LO IMPORTANTE. Análisis del impacto de la COVID19 en la salud mental de las familias monoparentales. Federación de Asociaciones de Familias Monoparentales (FAMS). 2022.

### 3.5. ASOCIACIONISMO

Uno de los aspectos más relevantes en el proceso de empoderamiento de las madres entrevistadas es el papel fundamental que juega la conciencia de colectivo en su anclaje individual, así como la conciencia de formar parte de un modelo de familia distinto pero legítimo y válido socialmente; o también la conciencia de formar parte de un modelo de familia distinto pero legítimo o válido socialmente, la conciencia de ser un tipo de familia más. Esta conciencia de colectivo va acompañada, en gran parte de los casos, de una conciencia de género frente a su maternidad y también su identidad de mujeres, tal y como se abordó en el Capítulo 2.

*«A mí el asociacionismo me ha servido para descubrir el mundo del feminismo, que yo no lo entendía igual que lo entiendo ahora. Para escuchar estas otras vivencias que te han hecho ver que no solamente me pasaba a mí. Y, además, tenía vergüenza de contar. Yo siempre he dicho que yo he estado desnortada pero nunca he perdido el norte. Es decir, yo he asumido roles que era consciente que estaba asumiendo y yo misma no estaba conforme con mi actuar, pero que yo lo entendía necesario como salida a mi situación, ¿no? Y entonces, siempre he sido capaz de tener la entereza o la lucidez de, aun sabiendo que lo que estaba haciendo me estaba haciendo daño y que no era defendible, desde mi punto de vista, nunca he renunciado a mi integridad. O sea, a mi escala de valores más que mi integridad.» (Rosa)*

El asociacionismo vuelve a ser un elemento diferenciador en cuanto a las vivencias que expresan las mujeres que son madres por elección de aquellas otras que crían en solitario a sus hijas e hijos por circunstancias sobrevenidas. En estas últimas, la asociación de familias monoparentales se convierte en una tabla de salvación, en el modo de canalizar las necesidades, obtener apoyo y acceder a ayudas. El punto de partida de su grado de participación e implicación en la asociación es diferente al estar supeditado, en gran medida, a la emergencia de su situación personal o familiar y la necesidad de establecer relaciones desde la ayuda. Su proceso de empoderamiento colectivo está claramente vinculado a las situaciones de desventaja y vulnerabilidad en la que se encuentran como madres que crían en solitario a sus hijas e hijos, al tiempo que se sienten corresponsables con la asociación que le apoya y parte de ella a la hora de alentar a otras mujeres en su misma situación a que acudan a la misma.

*«Cuando se me abrió el cielo total fue cuando una amiga me dijo: "pero ¿por qué no te vas a una asociación de madres solteras? Que yo me voy ahí de hace años y tienen centro abierto de...". Yo no sabía lo que era el centro abierto. Llamé a la asociación de madres solteras y dejé todos mis datos. Y hasta el día de hoy, yo me acuerdo perfectamente de hasta el tono de voz cuando me llamó la asistente social que me tocó. Ahí se me abrió el cielo porque ya tenía cabida de gestionar ayudas aquí en la asociación. Y ahí me empezaron aquí a guiar y aquí fue mi escuela. Y empecé a venir. Me empezaron a guiar y yo flipando porque yo no me enteraba ni tenía noción de nada. Aquí fue mi escuela. Como mujer y como madre. Fue fundamental la asociación de madres solteras porque si no, yo a lo mejor todavía hubiese seguido en esa situación de... no sé, vivir por vivir, por decirte, así de... mal. Porque si no, yo no tendría la confianza, como la tengo ahora con la asociación, de preguntar, de pedir, por ejemplo.» (Charo)*

*«A mí me ayudó mucho el centro de la mujer, la psicóloga que había allí. Y luego, encontré Criasol, una asociación de familias monoparentales en Talavera de la Reina.*

*Hace reuniones para escucharnos. Es una organización en la que puedo ir a hablar y me escuchan, me orientan, me dicen dónde puedo lograr algún empleo, alguna ayuda, algún apoyo. Lo que en este momento ellos sientan. Por eso digo, que debemos organizarnos y buscar cómo dar los apoyos y hacer la acción, porque una persona, una mujer sola, que está a cargo sola de una familia, necesita sentir: "¿dónde pueden ayudarme, dónde estoy apoyada, dónde me respaldan?". ¿Sabes? También tiene que ver mucho el que tengas esa actitud de querer no estar en este hoyo. Yo me tengo que levantar todos los días y tengo que seguir adelante. Porque te puedes deprimir, te puedes sentir acorralado, te puedes sentir excluido. Todos esos sentimientos negativos que tampoco te ayudan porque te hacen hundirte más cuando los estás sintiendo. Entonces hay parte de uno que tiene que decirte: "Arriba. Adelante. No pares".» (Marilyn)*

*«Como no tengo familia acá, pues no había opción. O sea, era o yo o yo. O era yo, o pagar. Y pagar ya ves... o sea, que no. Recuerdo, eso sí, agradecidísima a todas las asociaciones. Principalmente a Madres Solteras, que me han echado una mano siempre. Claro, yo es que he estado buscando siempre todos estos apoyos porque realmente si no hubiera habido apoyos, me hubiera sido más difícil todavía. Y es verdad que, con la escuela, hablando con la escuela... Es que hay que moverse mucho. Aquí es que lo que hay que hacer es moverse mucho y dar lo mismo que te dan. Eso se lo digo mucho a las muchachas que tienen hijos y todo. O sea, es que no se trata solo de pedir y que solamente el apoyo venga de la de acá. Tenemos que cumplir también. Hay que ir a talleres para buscar empleo... Si hay que hacer esto, pues hay que hacer esto. Si hay que hacer lo otro, pues hay que hacerlo. El día que yo llegué a Madres Solteras fue como el último recurso porque ya había tocado puertas. Llegó un momento que yo ya no podía más. Ya era que no iba a poder pagar y no iba a poder solucionar cosas. Entonces, llegué y me atendió la coordinadora. Yo estoy aquí gracias a que ella me atendió y ha estado ahí siempre, ¿no? A partir de ahí para acá, no es que yo necesite todo eso; yo necesitaba a alguien que me dijera: "Confía en ti, confía, que se puede. Hay otras maneras". Y así pasó y empezó a pasar. Me empezaron a apoyar más psicológicamente, moralmente.» (Lucía)*

En cambio, el proceso de empoderamiento colectivo, en el caso de las mujeres que son madres por elección, difiere en cuanto a la autonomía de su participación. Esta se centra fundamentalmente en establecer relaciones de apoyo mutuo con otras madres, también frente a las necesidades que tiene en la sobrecarga familiar y en torno a la vivencia personal de un trato injusto, pero desde una posición social diferente desde la cual sienten que forman parte de «una tribu» y también les alienta la necesidad de luchar por sus derechos.

*«El tema de la tribu, pues sí, yo también tengo que agradecer a la asociación; en la zona donde estoy no tengo muchas compañeras, pero no sé, abrir y salir y tener quedadas y compartir justo como lo que estamos haciendo ahora con gente que cada vez vamos en más, es una forma más, otro tipo de familia. ¿Que vendrán dificultades? Pues sí, porque de hecho viene en el día a día. Recientemente, aun siendo de Jaén, pues cogí y me fui a Málaga con las compañeras. Hicimos una quedada de un día para vernos, para contarnos cosas y sí, el hecho de hacer tribu, pues se puede, se puede, ¿por qué no?» (Concha)*

*«Cuando estaba embarazada, yo creo que de 5 o 6 meses o así, busqué. No sé por qué, pero busqué si había otras madres en mi situación; entonces encontré esta asociación y lo primero que hice fue llamar y decir que quería formar parte de las reuniones. No tenía muy claro todavía, yo siempre he sido de luchar contra las injusticias. Entonces*

*conocí a las compis de la Comisión de Legislativo e Institucional de la asociación, me encantaron, me pareció... flipé con las injusticias que no conocía y empecé a indagar y cuanto más indagaba, más me enfadaba y más ganas tenía de hacer cosas. Y, a pesar del agotamiento, pues eso, sacas tiempo para intentar reivindicar lo que es de todas y lo que tuve superclaro, súper, superclaro también fue que empecé con el tema de la acción de permisos, que en este tema hay que anteponer lo colectivo a lo individual para conseguir cosas.» (Ana)*

Uno de los grandes condicionantes de la participación de las madres que crían solas a sus hijos e hijas en el mundo asociativo de familias monoparentales es la existencia o no en su territorio de este tipo de redes. La falta de tejido asociativo como colectivo es, posiblemente, una de las grandes carencias que manifiestan las mujeres entrevistadas y que no cuentan con este tipo de asociacionismo. Sus experiencias de soledad y aislamiento se expresan con mayor crudeza y, si bien acuden a otros recursos, en estos no encuentran el grado de afinidad o empatía que detectan en las otras mujeres que sí forman parte de las asociaciones de familias monoparentales.

*«Lo que sí he echado de menos es una tribu, una tribu de apoyo mutuo. Igual que otras compañeras podéis tener en otras comunidades autónomas en las que sí que existan asociaciones de la monoparentalidad o monomarentalidad y que haya ese apoyo mutuo o esa red. Aquí lo he echado mucho de menos. Aquí no hay de eso y he sido un bicho raro en lo social y, bueno, con todo el estigma. Aunque parezca mentira, hoy en día todavía está muy presente. Muchísimo. Cuando yo lo busqué los primeros años, sobre todo los primeros cinco o seis años, acabé rindiéndome, dejando de buscar. Al principio, como no encontraba nada, ningún apoyo, ni ninguna red ni nada, pues lo que os digo, me hizo más daño en vez de ayudarme más, porque el sentimiento de desamparo se disparó. Y luego, poco a poco, cuando fui encontrando más cosas y más información y fui viendo, ya me abrí a nivel estatal. Y bueno, a raíz de esto me puse en contacto con diferentes asociaciones, desde Save the Children, que en realidad ellos han hecho por visibilizar. Y de ahí hasta EAPN y a raíz de EAPN, pues un seminario que se hizo, que acudí y me regalaron el estudio de FAMS. Y ahí fue como... Ahí sí que empecé a sentir esa sensación de pertenencia. Ya no me sentía ni tan excluida ni tan sola.» (Sara)*

Especialmente significativa es la experiencia de aquellas mujeres que han impulsado la creación de redes y asociaciones en sus entornos desde la conciencia de cómo su vulnerabilidad personal estaba estrechamente vinculada a su identidad monoparental y comprobar que la suya no era una situación excepcional. Organizarse era, tal y como manifiestan, no solo la mejor manera de apoyar a otras madres sino también de dar dignidad a su maternidad. En la constitución de sus asociaciones, se observa cómo influye, además, su propia historia personal.

*«Cuando salí de esta relación, estaba tan destrozada anímica y emocionalmente que no tenía ninguna red. Me había separado totalmente de mi red de amigas, de familias y demás, excepto mi madre. Entonces, no tenía a quién recurrir y, por lo tanto, no tenía apoyo. Por suerte y con mucho movimiento por mi parte, poco a poco fui pudiendo abrirme emocionalmente y llegó un punto, cuando las niñas ya tenían casi dos años, después de haber atravesado todo este proceso de separación de salir adelante y demás, ir saliendo a la vida, en que conocí a otras dos mujeres en Talavera que, claro, yo pensaba: "Si yo, que he atravesado por todo esto, considero que estoy aprendiendo bastante, seguro que aquí hay otras mujeres en mi situación". Entonces con otras dos compañeras cree la asociación. Con otras dos mujeres que conocí y que estaban en la misma situación. A una*

*de ellas el padre de sus bebés también la había dejado durante el embarazo. Y a la otra cuando la niña era muy chiquitina. Entonces, decidimos juntarnos las tres.» (Lidia)*

*«Yo vengo del mundo de la empresa privada, de ser directiva en una empresa. He tocado todos los palos habidos y por haber relacionados con el mundo comercial y atención al cliente, y eso para mí es un valor incalculable a la hora de gestionar la asociación. Para mí, determinados procedimientos y cosas no solamente lo sé hacer, es que lo veo clarísimamente. El problema es que me cuesta ejecutarlo, porque claro, yo sola no llego a todo. Tengo muy clara la idea de por dónde tirar y a dónde quiero llegar. Obviamente, con el apoyo de las compañeras. No es una decisión mía individual. Y tengo la suerte de que somos un equipo muy cohesionado, tenemos buena relación. Nos compenetramos muy bien. Mi compañera atiende directamente la primera línea de asociadas. Hemos repartido las tareas. Ella está con el teléfono y la atención de contacto directo con las asociadas y yo con la parte de organización, estructura y marcando las directrices. Todo el mundo tiene un sitio para poder colaborar. Lo que pasa es que no nos ha dado tiempo a formar la estructura para poder organizar todo este tipo de colaboraciones.» (Rosa)*

Precisamente, compaginar el peso organizativo, la militancia y el activismo con su vida personal y familiar es una de las dificultades que expresan las mujeres entrevistadas, especialmente aquellas que tienen algún tipo de responsabilidad en las asociaciones de familias monoparentales. Son estas las que manifiestan de forma más clara las contradicciones personales y las presiones que sienten. La exigencia de seguir siendo mujeres todoterreno, de ejemplificar los ideales y valores de las asociaciones que lideran y de mantener intactas sus responsabilidades como madres, algo básicamente imposible sin que ello conlleve unos altos costes personales.

*«El coste personal realmente va pesando, va pesando. Esto obliga a que tiene que haber renovación sí o sí, pero también es muy difícil conseguir la renovación. Y sí que se te afianza dentro un poco esa carga de responsabilidad porque, claro, al final esa falta de tiempo impide poder lograr una estructura organizada que te permita delegar. Porque hoy tienes una persona, pero mañana te dice que lo siente mucho, pero que su hijo está enfermo o que le ha surgido tal problema. Y claro, es que no se tiene margen, no tenemos margen de maniobra. Entonces, al final terminas tú acudiendo a las cosas que consideras más relevante. Entonces, al final no terminas de poder delegar lo relevante por más vueltas que le das, por más revisiones que te haces a ti misma, de decir: "soy yo que no me sé gestionar o que no estoy sabiendo gestionar bien esto para delegar más". Es que al final es muy complicado, se hace muy complicado. Esto no es una estructura profesional, no tenemos una dedicación y yo creo que la premisa es esa, que partimos de un tiempo que no tenemos. Entonces, a partir de ahí todo se complica. Y luego queremos movilizar; pues es muy complicado. Fíjate a lo que hemos llegado, a inventarnos esta nueva figura del "pícnic reivindicativo". Es que ya no sé qué más nos vamos a inventar, pero es que era pensar en cuál es nuestro formato al final. Es que nuestro formato de poder hacer algo es este. Irnos a un parque. Es que reivindicamos en un parque.» (Pilar)*

El hecho de que la posibilidad para mantener cierto equilibrio personal pase por poder ir consolidando la parte organizativa de las asociaciones está muy presente en las narraciones de las madres que ocupan un lugar de responsabilidad en esta. Sin embargo, también manifiestan que esto no es sencillo, precisamente por esas limitaciones en la dedicación de tiempos por parte de las socias, ni siquiera en

aquellas asociaciones que llevan más recorrido. De ahí que la profesionalización de algunas tareas la vean como parte de las alternativas y soluciones.

*«Nosotras ya llevamos bastantes años de recorrido y, desde el principio, nuestra asociación nace con una vocación de colaboración. Siempre, desde que la socia entra, lo que se le explica es que lo que sale de aquí, sale por el trabajo de todas. Entonces, la filosofía siempre ha sido: "no me preguntes cómo se hace esto, sino que si tú has hecho un escrito y crees que puede valer, apórtanoslo para compartirlo con el resto, más que pedirme a mí que te elabore un escrito. Nuestra situación no es la general, digo mayoritaria, no es la de muchas madres de otras entidades. Tenemos trabajo, cierta estabilidad por ahí, aunque es verdad que tenemos cada vez más casos de mujeres que lo están pasando mal también, pero bueno, quizá eso sí ha permitido o permite que podamos colaborar en mayor porcentaje a lo mejor que en otras entidades. Pero también con muchas limitaciones, es decir, tenemos el factor tiempo. Yo creo que la monoparentalidad y el factor tiempo van de la mano, es el tiempo que no tenemos, ¿no? Entonces, partiendo del tiempo que no tenemos, es muy difícil construir colaboración, es muy difícil construir un movimiento y un activismo como tienen a lo mejor otros colectivos. O al nivel al que han podido llegar otros colectivos, porque es que partimos de eso, de la falta de tiempo.»*  
(Pilar)

*«Da igual que sea más proactivamente haciendo gestiones para asociación, o que simplemente compartas un folleto, que compartas algo en redes sociales. Todo el mundo tiene capacidad de activismo. Entonces, lo que hay que saber es hasta dónde podemos llegar, efectivamente. Pero yo creo que, aunque este tipo de entidades tienen que basarse en esa colaboración altruista, para que haya un éxito de funcionamiento en gran medida deben verse profesionalizadas. Es muy complicado, salvo que tengas un número muy, muy elevado de asociadas. Esa dedicación profesional quiere decir que tiene que haber gente cualificada para hacer las cosas. Bien sea de forma altruista o bien sea de forma remunerada, pero cualificada. Esa es una de las principales dificultades.»* (Rosa)

Entre los objetivos inmediatos de las tres representantes de asociaciones de familias monoparentales entrevistadas están reforzar las capacidades organizativas de las entidades en las que participan partiendo cada una de su recorrido e idiosincrasia.

*«Nuestro objetivo ahora es adaptar nuestros estatutos porque nuestra realidad territorial también es muy amplia y estamos trabajando en unos estatutos que reflejen esa realidad territorial. Y luego, también profesionalizar un poco la asociación, unido a ir avanzando un poco en el tema de subvenciones, porque hasta ahora nosotras no habíamos entrado en subvenciones. Siempre procuramos avanzar, vamos avanzando despacio e intentando que sean cambios firmes. Que estén bien asentados. Luego seguir trabajando el tema del voluntariado. Que la socia entienda bien dónde entra, porque un miedo que tenemos ahora es que hemos crecido mucho en muy poco tiempo y, claro, el perfil de socia pues también está cambiando. Entonces, queremos trabajar también un poco la imagen que estamos dando fuera para que cuando entren las socias sepan lo que se encuentran. Queremos seguir sin perder nuestra marca como asociación a nivel colaborativo.»* (Pilar)

*«Nuestro objetivo es establecer y crear un equipo un poco más amplio para poder llegar a más. Consolidar proyectos en que ya estamos. Nosotras, aunque funcionamos totalmente de forma voluntaria, sí que hemos solicitado subvenciones que nos han concedido. Le damos muchísima importancia al apoyo emocional de las mujeres, que también nos lo demandan. Es lo primero que demandan. Uno de nuestros objetivos es poder mantener estos grupos de apoyo y de acompañamiento, tanto a las madres como a los hijos, y que pueda ser duradero a lo largo de todo el año. Lo ideal sería una*



*contratación, obviamente, como mínimo de una persona para poder mantener estos proyectos. Y la sensación de poder darle una continuidad. Necesitamos orden en la logística para poder seguir haciendo las actividades y los grupos que estamos haciendo hasta ahora, que se mantengan en el tiempo, poder mantenerlos.» (Lidia)*

*«Nosotras estamos en conformar ese equipo precisamente. Para nosotras el objetivo para este año es precisamente conformar un organigrama, una estructura de trabajo, aunque sea con perfiles, bien sea de asociadas o bien sea de colaboraciones de gente profesional que nos pueda echar una mano, para crear esas áreas operativas. La jurídica, la de marketing, la de comunicación, la social, en fin, que nos permita empezar ya a acometer pequeños objetivos o grupos de trabajo. O sea, crear ese equipo, ese grupo de trabajo. Es que es básico, porque si no, al final es lo que te digo, todo sale de mí y no puede ser. El objetivo es hacer equipo porque hay unos objetivos que cumplir y solas no podemos.» (Rosa)*

Respecto a la utilidad de las asociaciones y de su activismo, existe entre las mujeres entrevistadas una mirada esperanzadora que se plasma en las expectativas que tienen sobre el papel y el progreso que pueden tener en lograr cambios, no solo las políticas que ahora las excluyen o discriminan, sino también las mentalidades de quienes la rodean y no se percatan de hasta qué punto está invisibilizada la monoparentalidad en la práctica cotidiana y cómo eso les afecta. Su situación personal las ha llevado a participar activamente en las asociaciones, pero su militancia no se queda ahí, regresa de vuelta a su vida personal.

*«Salimos en grupo, salimos en comunidad. No podemos salir de manera aislada. La mejora social, o la hacemos uniéndonos en el tipo de red que sea o no podemos. Yo lo tengo claro.» (Sandra)*

*«Es superimportante el asociacionismo para hacer frente al individualismo. Y es la base fundamental, pero creo que hay que dar un paso más. No nos podemos quedar ahí. Creo que hay que ir a lo político también. Creo que debemos tener una presencia política importante. Y claro, estamos todas tan exigidas ya en lo cotidiano estando solas con todo que es difícil también hacerse cargo de más responsabilidad. O sea, elegir más responsabilidades en vez de todo lo contrario, quitarte todas las que puedas para tener una mejor calidad de vida. Y yo sé que es difícil, pero me parece que hay que dar ese segundo paso. Me parece que cuanto más nos movamos hacia ahí y más ruido hagamos, más en cuenta nos van a tener, menos nos van a poder ignorar. Y hacen falta muchas reformas, muchas, muchas reformas, muchas.» (Sara)*

*«El tema del activismo es un bloque importante para ver. El activismo no es estar solamente hasta las 12 de la noche preparando pancartas, ni organizando, ni diciendo esto, ni yendo a manis; el activismo es a diario. Estás sentada en el parque, hablas con una persona. Entonces dice: "¡ay!, es que no damos abasto, no sé qué" y le digo: "bueno, pero hay cuatro brazos...". "Bueno, pero es que él no está trabajando". "Pero te ahorras las extraescolares, prepara la comida, puede gestionarlo, hay otra cabeza y dos brazos más que pueden gestionar, ¿no?". Entonces, yo creo que hay que enseñar un pequeño activismo que podemos hacer. Habría que denominarlo activismo desde casa. Primero: estamos educando a nuevas generaciones. Entonces, el primer activismo que hacemos es la educación. Yo soy una convencida de que estoy criando y estoy haciendo política. Entonces, yo estoy haciendo política con todas las letras. Hay que hacer política con la crianza porque ellos serán en el futuro los ciudadanos que tendrán que decidir. Así que yo creo que hay que desmitificar ciertas palabras: política, activismo comprometido... ¿Cómo se pierde el miedo? Hablándolo de tú a tú. Hablando, compartiendo*

*experiencias, explicando... ¿Qué puedo hacer yo desde mi casa para cambiar cosas que me afectan como ciudadana de forma negativa a mí y a mi familia? Hay millones de ejemplos.» (Verónica)*

Lo personal, para las mujeres entrevistadas, es claramente también político y es desde ahí desde donde hablan como parte de un colectivo en el que se sienten incluidas por su propia vivencia como madres que crían solas a sus hijas e hijos. Esa experiencia las impulsa hacia un empoderamiento efectivo, unas veces desde la emergencia de la necesidad, pero siempre desde una vulnerabilidad no deseada, consecuencia de la falta de políticas públicas y reconocimiento legal.

## 4. «YO PUEDO»: ESTRATEGIAS DE RESISTENCIA Y RESILIENCIA

En este capítulo se describen los recursos de afrontamiento y de empoderamiento que las mujeres entrevistadas identifican como estrategias que les han ayudado o les sirven para la construcción de un proyecto vital propio. Estas estrategias se han agrupado en:

### 1. Pedir ayuda no nos hace más débiles:

*«Es un factor que yo pensaba que nunca jamás se daría en mi vida porque pensaba que nunca iba a necesitar. Algo tan sencillo, tan sencillo como pedir ayuda. He necesitado mucha ayuda cuando he decidido quedarme sola con la niña. Yo nunca había necesitado la ayuda de nadie porque era superfuerte y podía con todo. Y convertirme en familia monomarental ha sido una cura de humildad bestial. En este sentido, he necesitado pedir ayuda. Lo que más cuesta de ese primer paso es decir: "necesito ayuda"; porque estamos reconociendo que pedimos ayuda para poder sacar adelante a nuestros hijos, a nuestras familias. El mensaje que yo transmito a las mujeres que llegan a la asociación desde el primer momento es: "está bien pedir ayuda. No es algo malo, no te hace débil, no te hace mala persona pedir ayuda. Estás en una situación supervulnerable y qué bien que das el paso". Yo intento que ese pedir ayuda que ellas viven, y que yo lo viví así en un principio, como algo humillante y algo que me hacía débil y que me hacía casi mala madre por no ser capaz de sacar adelante a mis hijas, intento darles la vuelta: "qué bien que estás tomando esa decisión de pedir ayuda y que estás sabiendo dónde pedirla". Porque todas nos hemos encontrado con que las administraciones muchas veces cuando pides la ayuda te dan la bofetada, ¿no?, con el tema del Ingreso Mínimo Vital y tantas otras situaciones de administración. Para mí dar el primer paso, que es el de pedir ayuda, ya ese primer paso supone un minipaso adelante en el empoderamiento, porque pedir ayuda no me hace más pequeña, más frágil, o me hace mala persona. De hecho, reconocer que necesito ayuda y pedirla me impulsa hacia adelante.» (Lidia)*

*«Para mí lo principal que le diría es que no tiene que poder con todo, que busque ayuda, que busque apoyo y que hay momentos buenos, muy buenos y hay momentos malos. Y que de eso se trata, de ir poco a poco superando. Y metas. Poquito a poco.» (Mari)*

### 2. No aislarse, unirse a otras madres:

*«Tienes que unirse y buscar iguales. Buscar iguales a mí me ayudó un montón. Me ayudó a terminar de tomar mi decisión. Yo ya la tenía tomada, pero me ayudó a dar valor a mi decisión, digamos; compartirla me ayudó mucho. Es importante porque encuentras un entorno en el que no tienes que dar demasiadas explicaciones porque todas estamos en el mismo punto. Hay cosas, muchas cosas que nos unen, como las dificultades que tenemos para conciliar, la culpa, la sobrecarga, poder decir con tranquilidad algo que pueda sonar duro o que no dirías en otro contexto, porque no sé, porque parece que encima que lo has elegido tú... Es fundamental unirse, buscar iguales y encontrar un entorno en el que puedas hablar con libertad, incluso no hablar, porque da igual, te van a entender con un gesto. Además, poder colaborar en el movimiento asociativo a mí, individualmente, me ha ayudado muchísimo y me está ayudando muchísimo. Todo lo que hagas va a estar bien. Todo lo que hagas se te va a agradecer. Es como un entorno en el que, aunque puedas hacer poco, vas a recibir un retorno positivo muy grande y muy importante para tu autoestima, para tu seguridad, para tu confianza. Y a partir de ahí, ir construyéndote o ir*

*reconstruyéndote si lo necesitas o ir construyendo otras cosas dentro de ti. También vas tomando más conciencia de tus derechos... De decir: "Estoy pidiendo esto. No estoy pidiendo caridad, ¿no?". Tomar esa conciencia dentro también empodera mucho. No estoy pidiendo un billete al Caribe, es que estoy pidiendo algo básico que es poder conciliar. Tomar conciencia de eso internamente también te empodera a la hora de cualquier gestión que tengas que hacer, cualquier trámite, o decirle a alguien que se está pasando por el modo en que se está dirigiendo a ti y a tu familia en un momento dado.» (Pilar)*

### **3. Defender aquello en lo que se cree:**

*«Mi sentido de la justicia social me mueve muchísimo. Lo que veo que no es, no es. Soy defensora de lo que creo. Ese sentido de la equidad, de la justicia, para mí es mi bandera en todo lo que hago. Y cada vez que consigo un pequeño avance y veo que alguien se puede beneficiar, para mí eso vale por todo lo que dejas ahí. A mí me mueve hacer que el mundo sea más justo para otras personas, para todos. Y darle el sitio a quien se lo merece. Y yo creo que hay muchas mujeres que se merecen un sitio que no tienen. No es que no lo tengan, es que te lo quitaron, te lo quitaron, no te lo dan y encima te pisotean. En muchos casos la monomarentalidad viene derivada del maltrato, de situaciones de maltrato. Incluso las madres solteras por elección muchas veces vienen también por situaciones que han vivido de pareja, que el compañero no llega en el momento adecuado o incluso por no tener la misma idea de una relación de pareja, de no confiar. No es así en todos los casos, pero hay muchas mujeres que llegan a la decisión de ser madres solas por esto. Entonces, esa es una forma para mí también de luchar indirectamente contra la violencia de género.» (Rosa)*

### **4. Bajar la autoexigencia:**

*«Tenemos que asumir que esto es complicado. Tener muy claro que es muy jodido. Que esto no es fácil, no va a ser fácil. Esto es un mundo de sinsabores bastante grande. Pero no tenemos que perder el objetivo y el amor que nos está uniendo en la elección de la maternidad. Ya haya sido porque yo he decidido no seguir más con esa pareja violenta, porque he decidido salvarme la vida a mí y a mi hija, porque he decidido lo que sea. Yo siempre sostengo que es una decisión. Desde una decisión por estar viva hasta una decisión de no haber querido abortar. Es decir, es una decisión. Entonces, eso conlleva una responsabilidad muy grande. Por eso creo que la autoestima es fundamental. Tenemos que amarnos y querernos a nosotras mismas primero. Saber que hay muchos momentos que nosotras no podemos. Yo estoy en contra del "yo puedo" porque al "yo puedo" se le contraponen el "no pude", y ese "no pude" después del "yo puedo" es terrible porque entras en una depresión que no puedes con tu vida. Entonces no es el "yo puedo" sino "yo lo voy a intentar", que es otra cosa distinta. Y saldrá lo mejor que pueda. Nos vienen metiendo esa cuestión de exitismo de: "Tú puedes. Vas a sacar adelante, vas a estar aquí". ¡Que no! Una mierda. Que yo no puedo. Que yo no puedo con todo. Entonces, primero: aceptación. ¿Hasta dónde voy a poder? Hasta donde me dé el cuerpo y el alma. Y después tengo que saber cuándo parar, a tomar aire, rodearme de quienes me puedan dar energía positiva y me puedan echar una mano y retomar aire y volver para adelante y ponernos por delante la zanahoria y el objetivo de qué es lo que nosotros queremos, pero sabiendo hasta dónde podemos y que no podemos con todo. Tenemos que bajar la exigencia porque, como mujeres, somos terribles, somos terribles. Cómo nos exigimos. Tantas palabras mal dichas, tantas cosas mal hechas... y yo empiezo a asumir un montón de cosas que sí, que hice mal y que... buf. ¿Las podría haber hecho mejor? Claro. Seguramente. ¿Que las intentaré hacer mejor? Claro que lo intentaré. No sé si lo lograré, pero es un poco bajar de esa exigencia.» (Verónica)*

*«Metas cortas, planes sencillos y, bueno, fluir mucho, también, porque no se llega a todo. Te puedes planificar una cosa y es que no te sale ni la mitad. Yo cada día consigo hacer una cosa. Yo tengo amigas que dicen: "no, es que tengo que hacer cinco recados". Madre de Dios, si con suerte hago uno. Con suerte. Si me planteo cinco recados me voy a frustrar. Entonces, no quiero frustrarme. Me planteo uno y lo hago. Pero eso, metas cortas. Cosas sencillas. Entonces, se simplifica mucho todo y va todo mucho mejor.» (Elena)*

## **5. Quererse mucho:**

*«Cuidado, autocuidado. Autocuidado, pero vamos, como prioridad. Como prioridad absoluta. Autocuidado. Aprovechar la experiencia de lo que está pasando para conocerte y para saber cuáles son tus necesidades principales, para comprender cómo eso fluctúa, que no siempre son las mismas. Para aprender a adaptarte a esos cambios y para poder tener siempre respondidas, como mínimo, tus necesidades fundamentales antes de todo. De tus hijos, de la crianza, de la casa, de la familia, del trabajo, de todo. Antes de todo. Porque si no, te arrastra y te lleva por delante. Entonces, para mí el autocuidado es prioritario. Prioritario total.» (Sara)*

*«Que se deje sentir, ¿no? Que si está mal un día y necesita llorar, que llore, que no pasa nada. No podemos con todo y, a veces, nos metemos en la cabeza que, por ser madres y como llevamos todo encima, tenemos que estar al pie de cañón todo el día, todo el rato, y nos vamos a derrumbar y somos personas y vamos a cometer errores. Te dan mil consejos por todos lados porque al estar uno solo, a la gente le gusta mucho dar el típico consejo, porque como estás sola no vaya a ser que no sepas hacer las cosas, te tienen que aconsejar. Entonces, que se olvide y que también se guíe por ella misma y que no se deje abrumar porque la maternidad perfecta no existe. Además, es superimportante verte bien contigo misma, que no dejes nunca de sentirte bien contigo, de arreglarte cuando quieres arreglarte. Arreglarte para andar, porque a veces a mí me pasaba. Cogía y andaba todos los días de tirada. Y cada vez que me miraba yo me veía peor y peor. Hasta un día que dije: "No, voy a meterme en la ducha bien, voy a peinarme y a ponerme un poco decente. Verte bien también te ayuda a ti misma a no olvidarte de ti porque eres mujer y también lo necesitas. Necesitas tus cuidados y mimarte.» (Gema)*

*«Sacar un poco de tiempo para nosotras, lo que antes hablábamos de ir a la peluquería. Yo llegué a un punto que una amiga me dijo: "pero por Dios, ¡vete a la peluquería ya!". O sea, con unas canas que en la vida. Dejé de comprarme ropa. Todo para la niña, todo para la niña. Y llegué a un punto que dije: "No, no. Si le compro dos prendas a la niña, una tiene que ser para mí". O sea, esas cosas que, a lo mejor parece una frivolidad o tal, pero en realidad no lo es porque, si no, al final tú acabas mal. A ver, es un respiro, te sienta bien, o sea, sí aporta, es algo que es bueno, por lo menos para mí. O sacar un rato, ir a una clase de algo. Yo retomé este año el piano, que para mí era muy importante, ¿no? Y al final, pues conseguí buscar un hueco y eso me hace a mí sentir de otra manera. Al final es otra esfera de mi vida que tenía también abandonada. Entonces, bueno, ir recuperando esas cosas que nos gusta hacer, intentar leer un libro, por ejemplo.» (Laura)*

## **6. Hablar es importante:**

*«Hablar, ir hablando, hablando, hablando... Que vas sacando de cada persona una información, un aporte, un cariño... Eso es. Yo no sabía la importancia que tiene hablar. La comunicación. En vez de ver un camino, ya vas viendo varios caminos.» (Charo)*

## **7. No demostrar nada a nadie:**

*«Para mí es superimportante no querer demostrar o no querer demostrarte a ti misma ni a nadie que puedes con todo. Porque no podemos. A ver, podríamos con todo enfermado del estrés. Es superimportante pedir ayuda. Que a mí nunca se me ha dado bien esto, pero ya no solo pedir ayuda sino rodearte bien. A pesar de que criamos en solitario, no sentirnos solas. Porque a mí lo que más me ha sorprendido de la maternidad es lo solísima que me he sentido... Cómo, de repente, tu grupo de amigas con las que antes tenías los planes divertidos... De repente ya no cuentan, ya ni siquiera te preguntan si quieres ir. Esto yo creo que le pasa a todo el mundo por lo que he ido hablando. Hay gente que tiene mucha suerte, pero bueno a mí me ha pasado, entonces hay que confiar en que es posible que se den esas situaciones, que no te pasan por ser tú sino por la maternidad en sí. Confiar en tu capacidad de crear cosas nuevas, de que aparecen, desaparecen cosas y gente, pero hay que confiar en tu capacidad para atraer y crear... no en plan místico. Me refiero a no conformarte. No conformarte con que la gente desaparezca. Es que podemos crear tribus y no está bien sentirnos solas y lo que no nos tenemos que demostrar es que podemos con todo, sino decir: "¡venga!". A ver si picoteando un poco de aquí, un poco de allí... Escucharnos. Escucharnos que es lo que necesitamos y yo creo que todas necesitamos estar acompañadas.» (Ana)*

## **8. No rendirse:**

*«Yo creo que lo primero es no rendirse. Que es muy fácil decirlo desde mi punto de vista, ¿no? Pero toda mujer y toda persona necesita una ayuda psicológica. Ese es el primer paso. Incluso la gente que no está maltratada. Todo, todo el mundo necesitaría una ayuda psicológica para poder tener herramientas para enfrentar la vida. De otra parte, es, por favor, primero yo. Las mujeres, las madres estamos siempre pendientes de: "primero, mis hijos". Mira, yo adoro a los míos, pero primero yo. Primero yo. Después yo. Lo tercero, yo y después, los niños. Y después, el mundo entero. Entonces, eso no nos cabe en la cabeza. Disfruta de ti misma también. Atiéndete tú como mujer. Porque si tú no te atiendes como mujer no vas a poder ser una madre. No vas a poder tener esa fuerza y es verdad que es incompatible con la economía porque dices: "¿Cómo me voy a atender yo como mujer si no me alcanza?". Eso ya es otro punto. Eso ya sería: "por favor, ayúdenos". Las mujeres que somos madres somos luchadoras de vida, de toda la vida, y sabemos cómo salir adelante. Hemos criado hijos. Algunas sin tener el conocimiento de cómo se crían hijos. Yo le digo esto a las mujeres: "hay que ir a por la vida. No puedes esperar a que la vida venga a ti. No podemos estar esperando a que nos ayuden, a que te caiga todo del cielo". No podemos. No nos hace falta. Nos hace falta momentáneamente, pero no para toda la vida.» (Lucía)*

*«Hacer un resumen del día, que es lo que me mantiene, por lo menos en mi caso; es ver todo eso que hiciste y pensabas que no podías hacer. Y empoderarte con ello. Empoderarte para el día siguiente, empoderarte de lo que hiciste hoy, de lo que hiciste ayer, y adelante. Los problemas siempre van a estar ahí. Van a cambiar, pero ver cómo tú reaccionas es importante, sea bien o mal, porque cuando reaccionas mal, aprendes de ello y cuando reaccionas bien, pues se suman, se suma más a empoderarte. O sea, autocuidado como resumen general, sí, mucho autocuidado. Cuidar mucho la mente, más allá de lo físico o hacer algo, cuidar la mente porque realmente puede ser nuestro peor enemigo o nuestra mejor amiga.» (Carmen)*

*«Se sale adelante. Creo que, ante todo, tienes que tener una actitud positiva en la vida. Tener un hijo no es hacer un viaje, pero tú no puedes pensar que todas las cosas van a salir mal. Irán surgiendo dificultades, problemas y los vas a ir solucionando sobre la marcha. Y si no, pues contarás con herramientas, aprenderás. Y tenemos derecho a equivocarnos. Y*

eso creo que lo hacen en familia monoparental, monomarental, en familia tradicional... No hay que tener miedo.» (Concha)

## 9. Más organización:

«En realidad, como mujeres, nos hace falta organizarnos un poco más. Hay leyes sobre las mujeres y todo, pero no reclamamos, no ejercemos un derecho, no decimos lo que está pasando. Y falta organización y también empeño de parte de las mujeres a organizarnos más. Una clave muy importante es esto: reunirnos, organizarnos, hablar las cosas y ejecutar. Pasar a la acción. Porque solo hablando, pues hablamos, hablamos, hablamos, como pasa en los bares, vamos a un bar y: "ay, qué mal va España, ay qué mal va esto", pero no hacemos nada para cambiarlo. Y es importante ejercer ya más que hablar. Hay que pronunciarse, hay que ejecutar, hay que hacer acción. Que haya mujeres que cojan más fuerza, porque si no, te sientes siempre sola y al sentir que el mismo sistema te ataca, que el mismo sistema te abandona, pues dices tú: "no solo estoy luchando con mi situación, sino que estoy luchando contra la corriente". Y al ver mayor respaldo te vas a sentir mejor y vas a decir: "vale la pena. Voy a seguir luchando y voy a seguir buscando la manera de seguir adelante".» (Marilyn)

«Primero, visibilidad y luego derechos, o sea, los mismos derechos que pueda tener cualquier otra persona en una circunstancia que le diferencie en una sociedad, para no perder su dignidad. Para no tener que renunciar a su dignidad vital y a su vida propia o a las bases mínimas esenciales. Juntarnos, desde luego. Y desde luego, ayuda para superar cosas más como la soledad o el aislamiento social, que también es parte de la monomarentalidad. Y para ese tipo de cosas sí veo que es esencial que nos juntemos y para comprender cuáles son los puntos comunes. Ya a partir de ahí, tener una guía clara de hacia dónde movernos en estas reclamaciones. Yo creo que, en la monomarentalidad, en el movimiento nuestro de reivindicación, deberíamos de ser un poco más radicales, en parte. No digo que todo el movimiento se radicalice ni mucho menos. Es como que el que no llora no mama. No sé cómo decirlo. Si pedimos mucho más, igual podemos conseguir un poquito, y si pedimos un poquito y no lo conseguimos, y no lo conseguimos y lo volvemos a pedir un poquito y no lo conseguimos, volvemos a... Pues igual tenemos que pedir muchísimo más y enfadarnos muchísimo más. Y hacer mucho más ruido para conseguir un poquito. Igual es que funcionan así las cosas, porque estamos contra un monstruo, no sé, con una pluma. No sé. Eso a nivel social.» (Sara)

## 10. Tejer redes en el día a día:

“Volver al famoso boca a boca, a la red de barrio, red de apoyo y de nuestras pares. Y tener un radar para saber con quién puedo hablar, con quién puedo desahogarme y a quién puedo pedirle simplemente que no me pida. Necesito que no me pidan. Es decir, que no me exijan. Entonces, es muy difícil. Tenemos que agudizar nuestra intuición para saber con quienes sí y con quiénes no. Eso es muy importante. Y los entornos: a mí me ayuda mucho mi médica de cabecera. Ella no es psicóloga. Claro que no, pero me ha ayudado. Me ha sabido orientar y ayudar y sostener. Luego, indudablemente, nuestros entornos. ¿Cuáles son? El colegio, las cosas que nos hacen hacer actividades con nuestras hijas y nuestros hijos. También ver ahí dónde mirarlo, dónde estar. Tenemos que volver a la red del vecino, de la vecina que no tiene por qué ser de mi circunstancia. Es decir, yo tengo mucha red que no son monoparentales. Son amigos y amigas de la vida y de las circunstancias que me ayudan en otras cosas. Entonces, las redes también hay que tejerlas. A mí me parece muy importante eso. La red no me viene. Hay que despertar la generosidad afectiva. Es decir, yo tengo que tener las posibilidades de darle a alguien algo porque ese alguien mañana me puede dar a mí. Y esto es así. Esto es una relación de intereses afectivos casi te diría. Es decir, estar atento cuando alguien te dice, que a mí me pasa mucho. Digo: "pero tráele a

*casa a tu otra niña o niño. Que se quede en casa, no hay problema". Y mi hija se lo pasa bien, yo también y este adulto o esta pareja adulta, porque muchas veces son pareja, pueden salir con tranquilidad porque nadie puede ni pagarse canguro, ni... eso se nos escapa de la cabeza. Y yo sé que puedo contar con ellos. Que yo mañana... yo siempre los favores los pido para trabajo, lamentablemente, nunca los pido para salir porque tengo tantos favores pedidos que ya cuando llega el momento del ocio me da vergüenza pedirlo; entonces, siempre tira para el trabajo, claro. Pero bueno, yo creo que las redes hay que tejerlas tirando de la intuición... De eso se trata. De empezar a tejer redes para que seamos una comunidad, ¿verdad? La pequeña comunidad que yo estoy construyendo. Salir, verlos, conversar con la gente y estar atento, poner la intuición por delante, cuidarnos... Cuidarme tiene que ver con no rodearme de gente que me puede dañar. El cuidado tiene que ver con rodearme de gente que me da ideas, que me ayuda... Es decir, pequeñas cosas, pequeñas cosas a diario en el vecindario, en el barrio, en el trabajo, en lo que sea para sentirme plena.» (Verónica)*



## 5. CONCLUSIONES:

### PROPUESTAS PARA EL DISEÑO DE POLÍTICAS PÚBLICAS

#### En relación con la maternidad monomarental:

- **La maternidad como asignatura pendiente del feminismo.** Algo tan poderoso como criar a una persona es algo que discrimina a las mujeres. El feminismo debe ver en la maternidad de mujeres solas un principio de liberación, de emancipación y de procesos de crear otros tipos de modelo de familia. Las familias monomarentales tienen una aportación que hacer al feminismo.
- **Frenar la precariedad laboral.** Muchas de las mujeres que crían en solitario a sus hijas e hijos no trabajan o lo hacen en trabajos precarios o en la economía sumergida, siendo, sistemáticamente, la media de su salario inferior a la de los hombres. Muchos de los problemas de precariedad y de falta de empleo se deben a la dificultad para la conciliación que presentan muchos empleos, la dificultad para encontrar trabajos que puedan compatibilizar con los horarios de sus hijos/as, la dificultad para el acceso a medias jornadas o a trabajos por horas, la dificultad para acceder a entrevistas de trabajo... Es necesario promover la calidad del empleo para las mujeres que encabezan las familias monoparentales.
- **Hacer frente a las altas tasas de pobreza en las familias monoparentales.** Las causas del empobrecimiento diferencial de los hogares monoparentales encabezados por mujeres están relacionadas con la desigualdad de género que atraviesa las esferas laboral, familiar y política. Las situaciones de riesgo de pobreza y exclusión no son solo el resultado de una privación de ingresos, sino la consecuencia de una inexistencia de políticas públicas en torno al reconocimiento y protección de la diversidad familiar en un plano de igualdad. De entre todos los hogares con niños/as, los monoparentales son los que más sufren la precariedad y la pobreza.
- **Visibilizar las monoparentalidades fruto de la violencia machista.** La monomarentalidad derivada de la situación de violencia de género está relacionada con una relación afectiva previa que puede haberse denunciado como tal o que puede darse tras una separación o ruptura a través de la figura de abandono de familia en sus distintas modalidades, como el impago de alimentos.
- **Protección de la salud mental de las mujeres que encabezan familias monomarentales.** Se ha de identificar y visibilizar cuáles son las causas por las cuales las mujeres que crían en solitario tienen mayor riesgo de padecer una mala salud mental y, en consecuencia, acuden a los servicios sanitarios. Esto permitirá conocer mejor la realidad de estas mujeres y poder hacer un abordaje integral desde las políticas públicas.
- **Políticas públicas que incluyan el modelo de familia monoparental.** No existe un marco de políticas públicas y medidas integrales que regulen y reconozcan la monoparentalidad como parte de la diversidad familiar en un plano de igualdad a la familia biparental y no solo como una situación familiar a atender en aquellos casos de excepcional vulnerabilidad. Esto afecta a las situaciones de discriminación que experimentan las familias monoparentales.

Un ejemplo de estas situaciones de discriminación por indiferenciación es el de la duración de los permisos de maternidad, inferior en el caso de las familias monomarentales en comparación con las biparentales.

- **La conciliación laboral y la especificidad de la monomarentalidad.** Es necesario establecer medidas reales de corresponsabilidad en la vida laboral, familiar y personal de las madres monoparentales: flexibilidad horaria, fórmulas de teletrabajo, elección de turnos con preferencia de acceso para la familia monoparental, reducción de jornada para adaptarla a los horarios escolares con una deducción fiscal que compense la reducción salarial, servicios comunitarios de cuidados gratuitos para niñas y niños que amplíen los horarios escolares, acceso asegurado a guarderías públicas, etc.
- **Desburocratizar los Servicios Sociales.** Es necesario normalizar los requisitos de acceso a las ayudas y prestaciones y agilizar el tiempo de tramitación estableciendo la monoparentalidad como criterio de acción positiva.

#### En relación con las mujeres que crían solas:

- **Programas de apoyo psicológico.** La necesidad de apoyos, tanto individual como grupal, que tienen las madres que crían en solitario es uno de los factores determinantes de su estado emocional, sus relaciones sociales y su desarrollo personal. La falta de esos apoyos influye en las dificultades y problemas que tienen, y estos en su sobrecarga y responsabilización de la crianza y los cuidados. Además, también tienen sus efectos negativos sobre su autoconcepto y su autoestima. La ayuda psicológica y el apoyo social se convierten de esta forma en fundamentales cuando se sienten sobrepasadas, tanto desde la información, asesoramiento y orientación, como mediante la promoción de intervención individual y grupos de autoayuda.
- **Talleres de prácticas y narrativas sobre los orígenes de la monoparentalidad.** La revelación de los orígenes, especialmente en el caso de la monoparentalidad por elección, se vive como uno de los momentos más delicados por parte de las madres. La comunicación de los orígenes es un derecho del niño/a y es clave para su desarrollo emocional, así como para la relación materno-filial. Para integrarlo y normalizarlo dentro de la familia es positivo poder contar con espacios específicos donde conocer y trabajar las prácticas y narrativas existentes.

#### En relación con la participación activa de las familias monoparentales:

- **Divulgar la realidad monoparental.** Relatar la experiencia familiar de quienes conforman estas familias y sus vivencias desde un enfoque positivo y a partir de las voces de las madres, de sus hijas e hijos y de las asociaciones y entidades que representan a las familias monoparentales.
- **Fomentar el asociacionismo de las mujeres.** La participación activa de las madres que crían en solitario debe ser una prioridad política para garantizar políticas eficaces y sensibles a la realidad social.
- **Reconocer la representatividad de la monoparentalidad.** Participación de las asociaciones de familias monoparentales en la formulación de las políticas públicas para incorporar sus experiencias, necesidades y propuestas.

- **Crear redes de familias monoparentales.** Así podrán aprender y encontrar soluciones que respondan a sus propias coyunturas sociales.

En relación con la igualdad de todas las familias:

- **Regulación legal.** La principal problemática asociada a la maternidad monomarental es la falta de regulación estatal, integral y en un plano de igualdad de la monoparentalidad como otra realidad familiar. Esta ausencia condena a las familias monoparentales a la dependencia para paliar, cuando no resolver, las dificultades de conciliación laboral y las situaciones de empobrecimiento y riesgo de exclusión. La regulación jurídica ofrece la oportunidad de incidir en un cambio de mirada necesario para este modelo familiar. Es necesario que se comprenda que estamos ante un modelo más de familia que necesita ser visibilizado y reconocido para evitar sufrir las situaciones de discriminación en lo relativo a los derechos fundamentales y básicos como la vivienda, la educación, el empleo, las ayudas sociales, los beneficios fiscales, etc.
- **La diversidad familiar en las aulas.** Siguen existiendo creencias erróneas y prejuicios en torno a las familias monoparentales, especialmente cuando la monoparentalidad ha sido ocasionada por la interrupción de un proyecto de pareja, de ahí la necesidad de que en los centros educativos se marquen objetivos específicos para abordar la diversidad familiar.

## 6. ANEXO

El estudio se ha desarrollado desde un **enfoque cualitativo** de corte biográfico-narrativo el cual ha permitido situar la comprensión de la experiencia de la monomarentalidad desde la perspectiva de las participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto. El método biográfico-narrativo busca profundizar en las experiencias significativas de las participantes.

Para analizar las historias de vida de la monomarentalidad se han realizado entrevistas en profundidad. El objetivo de **las entrevistas** fue conocer cuáles son las propias historias de vida de las mujeres participantes en relación con la monomarentalidad. Se trabajó con un guion de entrevista semiestructurada aplicada a dieciocho mujeres que comparten las características de ser familia monomarental. Estas entrevistas, en un primer momento 4 individuales y 4 grupales, permitieron capturar la perspectiva, experiencia y narración de cada una en torno a cuatro ejes que permitieron ir entrelazando los temas e ir construyendo un conocimiento comprensivo de la realidad monomarental en España. Como cierre del proceso, se realizaron tres entrevistas grupales con todas las participantes (18) a las que se les hizo una devolución de lo obtenido hasta ese momento.

El guion de las entrevistas se ha estructurado en cuatro bloques y las preguntas desarrolladas en cada una se han diseñado atendiendo a los objetivos del estudio:

- Un primer bloque relacionado con la maternidad de cara a conocer cuál era su idea de la maternidad y si se correspondía con la idea que tenían con anterioridad a ser madres. Y además, conocer, dentro de la maternidad monomarental, qué problemáticas y preocupaciones tenían.
- El segundo, en el que se aborda el tema de ser mujer, además de ser madre. Qué significado tiene en su experiencia de maternidad el hecho de ser mujer, si es que lo tiene. Además de conocer si consideraban que hay algún tipo de diferencia entre ser mujer y encabezar una familia monomarental o ser varón y encabezar una familia monoparental.
- Un tercer bloque centrado en los procesos de empoderamiento y cuáles son los recursos o estrategias que han adoptado en momentos de vulnerabilidad para fortalecerse y poder superar o sobrellevar esa situación. Además de conocer si hay personas que hayan encontrado por el camino que han sido relevantes, tanto colectivos como individuales, relaciones íntimas y demás.
- Por último, se hizo una única pregunta: ¿cuáles son aquellas claves que a ti te han sido útiles para fortalecerte en determinados momentos y que consideras que son importantes a la hora de transmitir a otras personas que estuviesen en tu misma situación?

La duración de las entrevistas ha oscilado entre una hora y una hora y media. En todas las entrevistas del primer momento se ha utilizado el mismo guion en un primer momento, aunque en ocasiones se ha ido adaptando el orden de las mismas a la narración de cada mujer, procurando captar los elementos en los que cada una de ellas hacía algún tipo de inflexión y rescatar aquello que más parecía preocuparles. Las interacciones han sido distintas entre sí y el testimonio personal de cada mujer ha aportado su particularidad y riqueza al conjunto de la investigación. Estas entrevistas se han llevado a cabo en un plazo aproximado de un mes. Las entrevistas del segundo momento se centraron en una devolución de lo obtenido en las primeras entrevistas.

El **perfil** de las mujeres entrevistadas es el siguiente:

- Charo. 39 años. Empleada del hogar. Paraguaya. Una niña de 12 años. Monoparentalidad sobrevenida. Madrid.
- Lucía. 43 años. Quiromasajista. Española. Tres hijos de 23, 20 y 13 años. Monoparentalidad por elección. Madrid.
- Verónica. 56 años. Publicidad y marketing. Española/Argentina. Una niña de 13 años. Monoparentalidad por elección. Madrid.
- Ana. 45 años. Abogada. Española. Una niña de 2 años. Monoparentalidad por elección. Madrid.
- Marilyn. 46 años. Arquitecta. Nicaragüense. Una hija de 11 años. Monoparentalidad sobrevenida. Castilla-La Mancha.
- Sara. 43 años. Caracterizadora. Española. Un niño de 12 años. Monoparentalidad sobrevenida. País Vasco.
- Carmen. 40 años. Diseñadora gráfica. Desempleada. Venezolana. Un hijo de 3 años. Monoparentalidad sobrevenida. Madrid.
- Lydia. 24 años. Trabajadora Social. Española. Un niño de 7 años. Monoparentalidad sobrevenida. Galicia.
- Mari. 36 años. Administrativa. Española. Un hijo de 4 años. Monoparentalidad sobrevenida. Galicia.
- Laura. 45 años. Procuradora. Española. Una hija de 3 años. Monoparentalidad por elección. Galicia.
- Elena. 47 años. Higienista dental. Española. Dos mellizos de 8 años. Monoparentalidad por elección. Galicia.
- Diana. 37 años. Azafata. Española. Un niño de 20 meses. Monoparentalidad por elección. Andalucía.
- Itziar. 43 años. Bióloga. Española. Tres hijos de 0, 2 y 4 años. Monoparentalidad por elección. Andalucía.
- Sandra. 54 años. Conserje. Española. Dos hijos de 9 y 7 años. Monoparentalidad por elección. Andalucía.
- Concha. 41 años. Desempleada. Española. Una niña de 14 meses. Monoparentalidad por elección. Andalucía.
- Pilar. 50 años. Ingeniera de montes. Española. Un niño de 8 años. Monoparentalidad por elección. Andalucía.
- Gema. 40 años. Psicóloga. Española. Dos niñas de 6 años. Monoparentalidad sobrevenida. Castilla-La Mancha.
- Rosa. 53 años. Administrativa. Española. Dos niños de 10 años. Monoparentalidad por elección. Galicia.