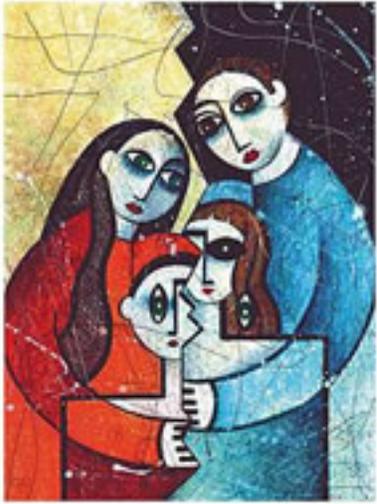


## PARA AYUDAR A LOS HIJOS DE PADRES DIVORCIADOS



La gran pregunta es: ¿le afecta a los niños el divorcio de los padres?

Por supuesto que les afecta el divorcio de los padres. Lo que no podemos afirmar es si el divorcio les va a afectar negativa o positivamente.

Un divorcio, como cualquier otro hecho de la vida, un embarazo, un nacimiento, una enfermedad o la misma muerte, puede manifestarse de distintas formas en el niño, dependiendo del manejo que los padres le den a éste.

No sólo son afectados por el divorcio los hijos de los padres que se divorcian, también se ven involucrados los primos, los amiguitos, los vecinos y todos los niños que de una u otra manera están en contacto con la familia que vive una separación y un divorcio.

Cada vez es más común que el hijo de unos padres que se están divorciando o ya se divorciaron reciba ayuda de varias personas

e incluso ayuda profesional.

Por lo tanto, cada vez somos más y más los adultos que nos tenemos que preparar para atender a estos niños y jóvenes que necesitan herramientas para manejar el divorcio de sus padres, tíos y vecinos.

Un buen manejo del divorcio principalmente con los niños no representa necesariamente una invitación a un futuro divorcio, de la misma manera que un doloroso y mal manejado divorcio, no es un freno y mucho menos un antídoto contra los divorcios del futuro.

Junto a estos niños hay amigos cuyos padres no se están divorciando y probablemente nunca se divorcien.

Este otro grupo de niños pueden llegar a sufrir en silencio terribles fantasías respecto a un posible divorcio de sus padres desencadenado a partir de una pequeña discusión de pareja o simplemente por la actitud evasiva de los padres y otros adultos para responder de forma clara y asertiva las dudas e inquietudes sobre el divorcio.

La necesidad de hablar del tema del divorcio no está a discusión, si queremos enfrentar los retos que esta realidad y sus consecuencias nos están demandando día a día.

### \* El divorcio como solución

El pensar en el divorcio como solución y no como problema nos obliga a romper una parte importante del sistema tradicional de creencias, que nos incapacita para movernos de una manera creativa y nutritiva con los niños que necesitan aprender a vivir dentro del nuevo contexto familiar y social.

No se sugiere el slogan: "divórciese y sea feliz", pero se puede afirmar que ante el hecho inevitable de una separación, el divorcio puede ser el convenio legal que marque el fin de las hostilidades y para los hijos puede ser el primer acuerdo de los padres en muchos años y el trámite legal que garantice la manutención de los hijos.

Reconocer nuestros temores y prejuicios ante el divorcio, nos permite atender de forma atinada y responsable a los niños que viven el proceso de separación de sus padres

#### \* El divorcio como tragedia

La mayoría de las personas están acostumbradas a ver el divorcio como una gran tragedia, como una prueba del fracaso de la institución matrimonial y la muerte de la familia.

Reconocer los temores y prejuicios personales ante el divorcio, permite dejarlos a un lado para atender y manejar de forma responsable a estos niños inteligentes, sensibles, enojados o deprimidos ante la separación y divorcio de sus padres.

Si logramos separarnos de la idea trágica que existe alrededor del divorcio y somos capaces de observar la forma en la que el niño va viviendo las etapas del divorcio de sus padres, nos sorprenderán constantemente las enormes diferencias que cada niño le da a su situación y las diferentes maneras en que responde en su intento de adaptación a los nuevos cambios que se le exigen.

Muchas veces el niño se ve más afectado por el descuido al que queda expuesto cuando sus padres, maestros, tutores, familiares, no aciertan a seguir atendiéndolo naturalmente en un afán de no afectarlo debido a su situación.



#### \* La familia, las familias

Anteriormente se consideraba a la familia, "el papá, la mamá y los hijitos", como una "fotografía"; hoy en día esa misma familia es vista por la terapia familiar como una "película", en la que la pareja de recién casados por sí misma es una familia sin hijos, posteriormente con un hijo, con dos o tres, etcétera.

Una pareja, si se mantiene unida hasta la vejez, seguirá siendo una familia que pierde poco a poco a sus hijos para que éstos formen por su cuenta "nuevas familias". Esta situación llamada el "nido vacío" deja a la pareja sola una vez más para volver a ser por sí misma una familia sin hijos.

Después de un divorcio la familia sufre una enorme transformación y el niño tiene derecho a acceder a un vocabulario que le permita referirse a su familia actual con la misma comodidad y respeto que antes de la separación y divorcio de sus padres.

Es también necesario que se pueda referir al hogar del padre con el que ahora no vive sintiendo simpatía y afecto por esta nueva situación.

La sociedad no gana nada destruyendo la comodidad, el auto-respeto, la admiración, el aprecio y, sobre todo, el amor que los niños sienten y tienen derecho a sentir por cada uno de sus padres aunque no estén juntos.

Para el niño lo que queda después de la separación y divorcio es muchas veces un par de familias tan reales y maravillosas como la que tenía antes del divorcio.

#### \* La psicología y la psicoterapia

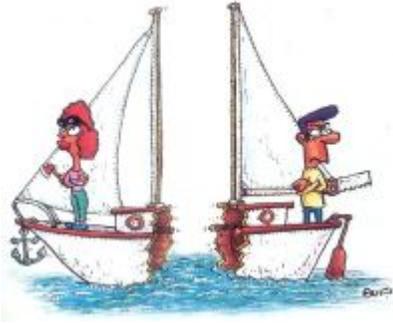
El mundo profesional ha contribuido con una buena cantidad de expectativas catastróficas a la visión que tenemos del divorcio y, sobre todo, con respecto al manejo de los niños.

Es evidente que cada niño responde de una forma muy diferente al proceso de separación y divorcio. Tan distinto, que existen niños que parecerían mejorar su rendimiento académico, socialización, estado de ánimo y relación familiar en los momentos en los que todos esperaríamos que el niño dejara de funcionar. Otros sin embargo, pueden verse sensiblemente afectados en algunas de las áreas fundamentales de su desarrollo sin que esto amerite necesariamente una ayuda profesional.

Los criterios que, debemos usar para sugerir ayuda profesional para un niño son exactamente los

mismos si los padres están viviendo un complicado divorcio o si su relación está pasando por una época de bienestar y armonía.

El sólo hecho de que los padres se estén divorciando o ya se hayan divorciado no es suficiente para sugerir una ayuda profesional en ningún caso.



#### \* Áreas de conflicto

Los niños desde que nacen y por lo menos hasta los doce años y medio son egocéntricos; eso significa que el niño se usa a sí mismo como el referente principal para explicar el mundo que lo rodea. Por lo anterior, es prácticamente imposible que el niño sano no llegue a la conclusión de que la culpa de los conflictos, discusiones, separación y divorcio de sus padres no es por su culpa.

Si asumimos que, psicológicamente, el niño no puede llegar más que a esa conclusión, es importante que en su manejo,

surja o no en la plática del niño, se le explique reiteradamente que él no tiene nada que ver y que hay motivos que él aún no puede entender lo que está sucediendo con sus padres.

Dependiendo de lo cercana o distante que en ese momento esté siendo la relación con el padre con el que el niño no está viviendo, el niño va a sufrir una mayor o menor sensación de pérdida o abandono. Es importante garantizarle que pase lo que pase, él siempre tendrá con quién vivir.

Lo anterior es con la finalidad de evitar enormes cantidades de angustia y estrés que el niño genera ante la perspectiva de quedarse sólo.

En la medida en la que le hayamos hecho creer al niño que el divorcio es lo peor del mundo, el niño se podrá obsesionar y centrar sus interés en la fantasía de reunir nuevamente a sus padres.

La creencia de que debemos evitar que el niño sufra y que no se debe hablar con él hasta que el divorcio sea definitivo puede provocarle días, semanas o meses de angustia y sufrimiento

Ante lo inevitable del divorcio se torna urgente suavizar la idea de que una separación es algo con lo que no se puede vivir, además de repetitivamente señalarle al niño lo inútil de su empresa de reconciliación.

Por desgracia, hemos asociado arbitrariamente el amor con la obligación de vivir con el otro. Por lo tanto no es raro que si el niño ama a ambos padres exija que vivan juntos. Esto muchas veces provoca que los niños que se sienten aliviados por la descarga de tensión posterior a un divorcio duden de sus propios sentimientos de amor hacia uno o ambos padres.

Cada vez es más común oír a los niños, en todos los tonos en los que un niño puede hablar, decir que preferirían que sus padres se divorcieran, lo que aumenta los sentimientos de culpa, abandono, impotencia y miedo cuando finalmente ocurre la separación y divorcio.

Todo lo anterior nos obliga a ver que, aunque el divorcio es un asunto que sólo compete a los adultos que participan en él, la forma en la que afecta a los niños requiere un manejo especial.

¿Cómo podemos dejar en manos de una mujer y un hombre heridos, deprimidos, asustados, enojados y vengativos, la responsabilidad de unos niños frágiles, sensibles, fantaseosos, asustados, incapaces de pedir lo que necesitan?

Es cuando se está tranquilo y sereno que se pueden eliminar los mitos, tabúes e ideas falsas que mañana estorbarán para prestar ayuda a los hijos de padres divorciados.

\* El derecho a saber

Cada día es más evidente que el hecho de no hablar claramente con los niños acerca de lo que está pasando cuando una pareja está en un proceso de conflicto, separación o divorcio, lejos de aliviar a los niños dispara niveles de estrés y angustia.

La creencia de que al niño hay que evitarle el sufrimiento y no es prudente hablar con él hasta que las cosas sean definitivas puede provocar que el niño sufra durante días, semanas o meses; no sólo por el conflicto de los padres el cual padece cotidianamente, sino por la angustia de no saber qué está pasando a su alrededor.

Hay que hablar con los niños a lo largo de todo el proceso ya que sólo así el niño podrá participar con sus miedos, preguntas, fantasías, humor, comprensión y cariño.

#### \* Conclusiones

La responsabilidad del trabajo serio y comprometido con los hijos de divorciados, por parte de sus padres, guías, educadores y familiares con lleva a una obligada transformación personal.

Se requieren cada vez más adultos capaces de involucrarse con todos los niños que directa o indirectamente viven la experiencia del divorcio Y sus consecuencias.

Estos adultos requerirán no sólo estar preparados sino que habrán de revisar y cuestionar su sistema de creencias para que éste no provoque en el niño el dolor que en teoría se intenta atender.

Necesitamos padres, maestros, sacerdotes, y familiares menos asustados ante la realidad y capaces de proveer al niño de la serenidad que requiere y que estén dispuestos a buscar una solución práctica basada en las características de cada niño.

Fuente: [www.nidoaguila.com.mx](http://www.nidoaguila.com.mx) La información aquí desplegada es extracto de dicha página y es usada para ser un mejor papá o mamá para acompañarte en la construcción de una familia más sólida, unida y generosa. Reproducción sin Fin de Lucro.