



## LA SEPARACIÓN DE LOS PADRES

De todas las batallas que tendrá que ganar su hijo a partir de ahora, la de mayor urgencia, quizá, sea afrontar que sus padres, punto de referencia para todo hasta ahora, ya no están juntos. Afrontar un problema de esta magnitud es difícil y doloroso; requiere esfuerzo e información.

A continuación, se facilitarán una serie de pautas orientativas:

- La adaptación del niño/a a la nueva situación está muy condicionada por la propia adaptación del progenitor con el que se queda.
- La edad que tienen los niños en el momento de la separación influye en el grado de adaptación. La mayor dificultad se produce entre los 7-13 años porque son suficientemente grandes para entender el proceso pero aún son pequeños para afrontar emocionalmente la nueva situación. Parece ser que en la etapa adolescente están más preparados para asumir la separación de los padres; sin embargo, no existe una edad concreta en la que exista total seguridad de que no le vaya a perjudicar en absoluto.
- A la hora de informar a los hijos de que se va a producir la separación es muy importante ponerse de acuerdo sobre lo que hay que decirles (aunque sea difícil) y hacerlo de forma conjunta (aunque sea una decisión unilateral) tratando de prever posibles preguntas del niño y sin utilizar explicaciones complicadas. Se debe tratar de mantener una conversación concreta y breve; sin largos discursos y con claridad dentro de los límites de cada edad ya que darles a los niños demasiada información en una primera conversación solo consigue abrumarlos y confundirlos más.
- Habrá que informarles solo cuando la decisión sea definitiva. Lo más apropiado es hacerlo unos días antes de la separación real ya que si se produce mucho antes el niño podrá interferir en el proceso. Se trata de explicarles una decisión; no de pedirles opinión o permiso.
- Ante todo hay que dejarles claro que esa separación no se ha producido por su culpa; sino porque los padres no son felices juntos. Se pelean y están



tristes todo el tiempo, pero los afectos hacia el hijo no cambian nunca incluso para el progenitor que no viva con él.



- El niño, por lo tanto, debe tener la seguridad de que no estará solo y si tuvieran ganas de llorar debe hacerlo con toda tranquilidad. No hay nada malo en estar triste o expresar la rabia.

- Hay que hacerles entender que los padres **NO SON PERFECTOS**. Se equivocan igual que los niños, pero no lo hacen con mala intención.

- No se debe tampoco caer en el error de fomentarle "fantasías" de que, quizás, algún día se puedan arreglar las cosas, volverse a enamorar y vivir juntos. Esto, en principio, es algo muy difícil.

- Trate de que su hijo no se convierta en espía, juez o árbitro del que ya no está en casa ni de hablar mal del otro en presencia del niño. Sin embargo, tampoco cuente "maravillas" del que ya no está ya que, de lo contrario, el niño le puede preguntar: "Si tanto te gusta ¿por qué ya no estás con él?"

- Hay que tener en cuenta también que el niño puede estar pasando un momento malo pero es importante **NO RELAJARSE** respecto al cumplimiento de las normas de casa ni tratarlo con excesivos mimos ya que esto puede suponer el principio de un niño mal criado.

Algunos niños creen que, a partir de ahora, sus madres/padres tienen que vivir exclusivamente para sus hijos, pero hay que hacerles comprender que



también los adultos tienen derecho a divertirse y distraerse con personas de su edad.

- Debido a los sentimientos de culpa, los padres separados suelen ser más proclives a caer en los chantajes afectivos que suelen plantear los hijos por lo que hay que explicarles claramente que él vive con usted y debe obedecerle; jamás hay que desautorizar al otro/a ante quejas o rabietas del niño.

Por último, a la hora de organizar la custodia y las visitas de los hijos conviene tener en cuenta lo siguiente:

- Priorizar los intereses de los hijos antes que los de los padres.
- Los niños deben tener un hogar estable, amigos y colegios estables, así como disciplina y normas de comportamiento fijas.
- Tienen que relacionarse a menudo con el progenitor con el que no vive.
- Los padres no deben establecer acuerdos que transformen al niño en "nómadas".