

EL HIJO DE PADRES SEPARADOS

Dado el elevado número de separaciones entre parejas que se producen hoy en día, **son muchos los niños afectados por esta situación**. Esta situación ha dejado de ser excepcional para pasar a ser bastante habitual.

Además del shock emocional para los padres que supone una ruptura sentimental, éstos cargan con el **miedo de cómo toda esa situación repercutirá en sus hijos**.

Las **consecuencias** que sufre el hijo de padres separados estará más relacionado:

- con las **desaveniencias familiares** previas y asociadas a la separación

- y con el **papel que hacen jugar al niño** en la separación

más que con la propia separación.

Esto, junto con **la edad y la madurez del propio niño** condicionarán la forma cómo esta separación influirá en su desarrollo.

Veamos varios apartados:

Posibles reacciones en el niño

Como influye la edad y madurez del niño

Mensajes clave para recordar al niño

Mensajes clave para los padres

POSIBLES REACCIONES DEL NIÑO

- **Reacción de ansiedad, e incluso angustia**, durante el conflicto y tras la separación de los padres. Suelen sentir **miedo**.

- **Lloran a menudo** y esto les tranquiliza. Hay que acompañarles en ese momento, y favorecer esa expresión del dolor que sienten.

- Insisten una y otra vez en el **deseo de que los padres vuelvan a estar juntos**. Hasta que no aceptan que esto no es posible, se muestran muy tristes e infelices. Acabarán aceptando que esto no es más que una fantasía.

- Algunos se acuerdan del otro progenitor, cuando el que está con ellos les regaña; y desean tanto estar con el otro, que incluso pueden llegar a pensar en escaparse de casa. **Llegan a idealizar más al otro progenitor, al ausente**, pues sólo recuerda los buenos ratos pasados con éste.

- Probablemente, aparezcan **trastornos en el sueño y en la alimentación**

COMO INFLUYE LA EDAD Y MADUREZ DEL NIÑO

- **Cuanto más pequeño** es el niño, dispone de menos mecanismos para elaborar lo que está pasando. En consecuencia ,suelen aparecer manifestaciones de ello a través del cuerpo: molestias abdominales, vómitos, dolores de cabeza,...
- **Cuando el niño es algo mayor** puede sentirse la causa de dicha separación y, por tanto, sentir gran culpabilidad. Suelen aparecer depresiones con fases más agresivas, repercusiones en el rendimiento escolar, regresiones a edades anteriores (vuelven a surgir comportamientos anteriores, de más pequeños,...),...
- **En niños ya más mayores**, suele desarrollarse una hipermadurez en parte positiva, pero a la vez peligrosa que pretende sustituir al progenitor ausente.

MENSAJES CLAVES PARA RECORDAR AL NIÑO

- **La decisión de separarse es exclusivamente de los padres.** Ellos han tomado esta decisión porque creen que es lo mejor para todos los componentes de la familia. Los hijos no han tenido nada que ver en esta decisión.
- **Los padres no se han separado porque el niño se haya portado mal**, pues otras veces lo ha hecho y no ha ocurrido así.
- **Resaltar al niño cuántas personas se preocupan por él** (abuelos, amigos, profesores,...) **y desean que sea feliz.** Por tanto, ha de borrar ese miedo que siente a ser abandonado, a quedarse sólo. Cuenta con el cariño de más personas.
- **Seguirá disponiendo de ambos padres**, en todos los aspectos que él precise, aunque ya no vivan juntos.
- **Siempre que le preocupe algo o se sienta mal, podrá hablar con los padres;** ello le hará sentirse mejor.
- **Aunque los padres se hayan separado, el niño puede igualmente amar y ser amado;** no tiene por qué repetirse esa situación siempre.
- **Los padres demuestran su amor de muy diversas maneras.** Pero puedes sentir que tus padres te siguen queriendo si intentan estar contigo todo el tiempo que pueden, si te ayudan cuando lo necesitas y si te escuchan.

MENSAJES CLAVES PARA LOS PADRES

- **No caer en la sobreprotección del hijo** por pena; se le ha de seguir tratando como a un niño "normal" de su edad. Si no "no le ayudaremos a crecer", acabará comportándose de forma inmadura y más infantil de lo que le corresponde.

- **Todas las personas tienen virtudes y defectos; también los padres.** Hablar con el niño del otro progenitor con argumentos reales, sin caer en la ficción.
- **Es preferible que, los días de encuentro, no se llenen excesivamente con actividades,** pues si se ocupa el tiempo en hacer demasiadas cosas, no hay tiempo para charlar, comunicarse,...
- Los puntos más conflictivos de los padres tras la separación suelen ser: los hijos, el dinero y las nuevas relaciones. Intente ser objetivo y no intentar poner al hijo de su parte. **Hay que intentar solucionar estas cuestiones, sin involucrar a los hijos.**
- **Es preferible para los niños, que vuelva a constituirse una familia compuesta por hombre y mujer, aunque uno de ellos no sea el verdadero progenitor;** ello reparará los vínculos dañados, aunque requerirá tiempo la aceptación de esa nueva situación por parte de todos.

**Corporación Padres por Siempre” Atendemos sus conflictos de familia"
AHUMADA Nº 370 · OFICINA: 704 · TELÉFONO: 671 62 46 · SANTIAGO-CHILE**