

HIJOS DE PADRES SEPARADOS.... ¿ QUIEN CUIDA DE ELLOS?

Cuando tenía cinco años, mis papás discutían mucho. Esto me marcó profundamente, estaba angustiada y me guardé todo. Sólo ansiaba la paz, nada más que la tranquilidad llegara a mi casa” recuerda Mónica Gutiérrez, de 23 años.

Si bien, las discusiones matrimoniales son comunes en la pareja, hay que saber cuándo y cómo discutir. Quizás son alegatos de importancia o pequeñas trivialidades, pero a sus hijos les pueden acarrear consecuencias si constantemente están expuestos a ellos.

Los niños tienen un alto nivel de fantasías, por lo que frente a las discusiones de los padres, sienten inseguridad ante una remota posibilidad de separación.

Según enfatiza la académica de la carrera de Psicología de la Universidad de Chile, Tania Donoso Niemeyer, “las investigaciones han demostrado que los niños pertenecientes a familias con un alto nivel de conflicto marital sufren tantas consecuencias mentales, como los provenientes de una familia separada”.

Además recalca que los niños son muy perceptivos, por lo que los padres deben tener cuidado, ya que “ellos se dan cuenta de todo, aunque no presencien directamente las discusiones”.

Huellas difíciles de borrar

“Mi refugio fue el colegio, en ese periodo tuve un excelente rendimiento escolar” rememora Mónica.

Las discusiones matrimoniales no se deben realizar, bajo ninguna circunstancia, delante de los niños. La continua presencia les generan consecuencias graves, tanto a los menores como a los más grandes. Los más pequeños quedan desamparados frente a la crisis, ya que recién se les está formando el carácter. A los escolares les afecta de igual manera, pero ya conocen un mundo distinto, se relacionan con más personas, por lo que se pueden aferrar a otras cosas, como la familia de un amigo, por ejemplo.

Dentro de las reacciones o síntomas que pueden presentar los preescolares se encuentran el retroceso en el proceso de adquisición de la autonomía. Tienden a ponerse "aguaguados", pueden rechazar vestirse o comer solos, o presentar algún retroceso en el control de esfínteres.

Además e igual que los niños algo mayores, pueden ponerse agresivos, lo que puede dificultar la relación con sus padres y compañeros.

Otra reacción común es el retraimiento, dejando de participar en las actividades normales. También se pueden ver niños muy ansiosos, lo cual no les permite enfrentar de buen modo las exigencias de cada edad. Esta ansiedad le puede

provocar problemas de aprendizaje y conducta en el colegio.

Ante este tipo de reacciones, los padres “muchas veces llevan los niños al psicólogo, como si fueran problemas de los pequeños, y finalmente uno se da cuenta que las disfunciones son de la familia; y a veces ni si quiera de ésta, sino de la pareja en particular” aclara Tania.

Un conflicto, distintas reacciones

A parte de las consecuencias, los niños desarrollan diferentes estrategias para enfrentar las crisis. Y esa diferencia, causa, a veces, problemas entre los hermanos.

Algunos tratan de desorientar la pelea. El niño se porta mal para que lo reten a él, y así los papás se desvíen de su propia discusión. Otros, se muestran muy afectado y les pide que no riñan. También se da el caso que otros pequeños, por extrema sensibilidad y como arma de autodefensa, intentan reaccionar como si no les importara lo que sucede en casa. Se muestran poco empáticos, indiferentes, fríos y por lo general, se alejan de la familia y sus actividades. Mientras que otros para no ser testigos se encierran en la pieza o salen mucho de la casa.

Y en esas circunstancias es cuándo se "pone a prueba" la capacidad del niño, sobre todo los mayores, de vincularse con personas y situaciones que lo ayuden y alejarse de aquellas que le hagan daño, como podría ser el alcohol y las drogas.

Derecho a un papá y una mamá.

“¿A quién tengo que serle fiel? Si soy fiel a la mamá (o papá), me siento culpable porque a mi papá (o mi mamá) también lo quiero” son frases que a menudo pasan por la mente de los niños que presencian las discusiones de sus padres.

El abogado Carlos Michea Matus, especialista en Derecho en Familia manifiesta que el ordenamiento positivo protege la relación padres e hijos, pero en la practica ese derecho se ve vulnerado por la creencia de que solo la madre es idóneo para ostentar la tuición de los hijos, creencia nefasta para los propios hijos enfatiza.

El problema de lealtades es muy frecuente, y frente a ello el niño queda como paralizado, sin poder resolverlo.

La relación que los padres mantienen a menudo con los hijos mayores hacen que éstos últimos se vean muy involucrados en el conflicto. "Hay que considerar que durante un tiempo de su vida fue el hijo exclusivo, estuvo centrado en él, por lo que se les hace más tentador contarles sus problemas", indica la psicóloga Karen Moënné.

“La actitud y forma en que los papás enfrentan la situación es primordial. Como padres la primera responsabilidad es proteger a sus hijos. Además, tienen la responsabilidad de brindar la mejor imagen del papá o mamá -más allá de los conflictos de pareja- ya que ese rol nunca se pierde” aclara la especialista.

Además, fundamenta la psicóloga Tania Donoso: “Cada niño tiene derecho a tener dos papás, aparte de los problemas de la pareja. La alianza entre el niño y uno de sus padres provoca la disminución de la imagen de uno de los dos, y por ende, se le está quitando el derecho básico a tener dos papás”.

Esto último le sucedió a Mónica. “Veía a mi mamá sufrir y empecé a tener sentimientos encontrados contra mi papá. Me alejé mucho de él, y durante mucho tiempo sentí su ausencia”.

Para que el conflicto no haga daño

Las discusiones y conflictos de pareja deben permanecer en ella y nunca teniendo como testigos a los hijos. La primera gran equivocación de los padres es pelear delante de los hijos. Su segundo error es que los niños sean partícipes de la controversia. “El niño presencia las discusiones y queda muchas veces cargado, enojado, enrabiado y después ve aparecer a los papás reconciliados. No se le dio la oportunidad de transformar sus sentimientos o de descargarlos. El pequeño los va acumulando y por lo general queda confundido” enfatiza Karen.

Además, agrega la experta, “Hay que tener claro, que ellos no saben valorar la gravedad de ciertos asuntos y, por lo general, se dan respuestas muchas veces peor de lo que realmente son. Por eso, si el niño pregunta hay que darle una explicación de que así no se debería discutir y pedirle disculpas a él y la pareja” aclara.

Recomendaciones a los padres

- Tener las discusiones fuera del alcance de los niños, para así evitar todo tipo de duda y dolor. Los problemas de pareja deben de discutirse en privado, sin que los escuchen. Por esto se recomienda esperar que estén durmiendo o salir a otro lugar.
- No hacer que el hijo tome partido por algunos de los dos.
- No transformar a sus hijos en su fuente de apoyo. Si necesita a alguien, debe buscar a un adulto quien entenderá realmente lo que sucede.
- Si el niño pregunta, debe explicarle que es natural la discusión. Pero que hay ciertas maneras de hacerlo.
- Estar atento a las actitudes (como portazos, caras de enojos), ya que los pequeños perciben todos los detalles.
- Cuando una pareja tiene mucha insatisfacción, conviene buscar la forma de

resolver los problemas a tiempo. Busque apoyo terapéutico, porque una vida de separación o de desunión emocional dentro del matrimonio provoca mucho dolor y no es calidad de vida para los adultos, **y por supuesto, menos para los niños.**