

## EL MANEJO DEL DIVORCIO

En principio es importante mantener una actitud abierta y clara, explicar sinceramente (sin detalles dolorosos) lo que está pasando y el porqué, sin culpar a nadie y mucho menos a los hijos; hablar con ellos en el momento apropiado, estimular a que pregunte lo que desee y contestarle con sinceridad, tomando en cuenta su edad, capacidad de comprensión y sus características personales. Además debe permitírsele expresar sus sentimientos ante el divorcio cuando así lo desee y comprenderlo, y que sepa lo que sus padres están sintiendo también.

Los niños tienen el derecho de ver y estar con sus padres cuando así lo deseen, así que no deberá prohibírsele el poder hacerlo. Pueden conversar y llegar a un acuerdo acerca del régimen de visitas, vacaciones... y, por supuesto, también deben acordar mutuamente las normas a señalar en ambos hogares para que no existan confusiones. Por todo esto, deben tratar de llevar una relación *respetuosa* entre ambos, no expresar cosas negativas del otro delante del niño, y no utilizar al niño como mensajero, ni para obtener beneficios propios, ni para interrogarlo intentando explorar qué hace o deja de hacer el otro; ni tampoco amenazar a su hijo como un castigo a su comportamiento, con llevarlo o dejarlo con el otro progenitor. No sometan a su hijo a la difícil situación de escoger con qué progenitor quiere quedarse; esto genera angustia y sentimientos encontrados.

En el caso de que exista una nueva pareja, darle tiempo al niño para que la conozca y se adapte a la nueva relación. Deje que sea él quien decida como llamarla, pero tomen en cuenta que es preferible el papel de una buena amiga o de un buen amigo que no asuma las responsabilidades y aplique normas disciplinarias, que le corresponden a sus padres biológicos.

Durante todo este proceso de separación, los hijos necesitarán más de cada uno de sus padres, compartan el mayor tiempo posible con ellos y exprésenles su amor hacia ellos y que esto no cambiará. No lo llenen de cosas materiales para tratar de llenar espacios de afecto y no sentirse culpables.

También es importante que no fomenten las fantasías de reconciliación que pueden tener sus hijos. Si su decisión es definitiva, háganselo saber para que ellos puedan terminar de cerrar su proceso y comprendan la situación.

Visiten el colegio de sus hijos e informen a su maestra la situación que están viviendo, solicitando toda su cooperación ante su rendimiento académico. Estén atentos ante cualquier conducta negativa que pueda presentar su hijo que se prolongue más de lo esperado y consulte algún profesional especializado.

Recuerde que no debe transmitir a su hijo la experiencia negativa que pueda haber vivido con respecto a "las relaciones amorosas", explíquelo que no todas tienen porqué ser así y fomente una actitud abierta ante el tema y no la predisposición al fracaso en todas las relaciones que pueda llegar tener.

*Fuente:* [www.psicologoinfantil.com](http://www.psicologoinfantil.com)