

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 1

(Revisado 8/98)

LOS NIÑOS Y EL DIVORCIO

Hoy en día uno de cada dos matrimonios termina en divorcio y muchas de las parejas divorciadas tienen niños. Los padres que se están divorciando a menudo se preocupan acerca del efecto que el divorcio tendrá en sus hijos. Durante este período difícil, los padres se preocupan principalmente por sus propios problemas, pero a la vez están conscientes de que son ellos las personas más importantes en la vida de sus hijos.

Mientras los padres bien pueden sentirse o desconsolados o contentos por su divorcio, invariablemente los niños se sienten asustados y confundidos por la amenaza a su seguridad personal. Algunos padres se sienten tan heridos o abrumados por el divorcio que buscan la ayuda y el consuelo de sus hijos. El divorcio puede ser malinterpretado por los niños a no ser que los padres les digan lo que les está pasando, cómo les afecta a ellos y cuál será su suerte.

Los niños con frecuencia creen que son la causa del conflicto entre su padre y su madre. Muchos niños asumen la responsabilidad de reconciliar a sus padres y algunas veces se sacrifican a sí mismos en el proceso. En la pérdida traumática de uno o de ambos padres debido al divorcio, los niños pueden volverse vulnerables tanto a enfermedades físicas como mentales. Con mucho cuidado y atención, sin embargo, una familia puede hacer uso de su fortaleza o de sus factores positivos durante el divorcio, ayudando así a los niños a tratar de manera constructiva con la solución al conflicto de sus padres.

Los padres deben percatarse de las señales de estrés persistentes en su hijo o en sus hijos. Los niños pequeños pueden reaccionar al divorcio poniéndose más agresivos, rehusándose a cooperar o retrayéndose en sí mismos. Los niños mayores pueden sentir mucha tristeza o experimentar un sentimiento de pérdida. Los problemas de comportamiento son muy comunes entre estos niños y su trabajo en la escuela puede afectarse negativamente. Ya sea como adolescentes o como adultos, los hijos de parejas divorciadas a menudo tienen problemas en sus relaciones y con su autoestima.

Los niños tendrán menos problemas si saben que su mamá y su papá continuarán actuando como padres y que ellos los seguirán ayudando aún cuando el matrimonio se termine y el padre y la madre no vivan juntos. Las disputas prolongadas acerca de la custodia de los hijos o la coerción a los niños para que se pongan de parte del papá o de la mamá les pueden hacer mucho daño a los hijos y pueden acrecentar el daño que les hace el divorcio. Las investigaciones demuestran que los niños se desarrollan mejor cuando los padres tienen la capacidad de cooperar para su bienestar.

Los niños y el divorcio, “Información para la familia” No. 1 (Revisado 8/98)

La obligación continuada de los padres por lograr el bienestar de los hijos es vital. Si el niño muestra indicios de estrés, los padres deben consultar con su médico de familia o con el pediatra para que los refiera a un psiquiatra de niños y adolescentes para hacerle una evaluación y darle tratamiento. Además, el psiquiatra de niños y adolescentes puede reunirse con los padres para ayudar a la familia para que aprenda a minimizar el estrés. La psicoterapia para los niños de una pareja divorciada y para los padres divorciados puede ser de gran beneficio.

#

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiatras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatría general (adultos) y siquiatría de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131