



*Convivencia Escolar*  
*Ps. Ruth Guzmán*

# ESCUELA PARA PADRES

“Padres separados, padres alineados”



# SEPARACIÓN DE LOS PADRES

Son muchos los tipos de familia que podemos observar en la actualidad.

En la actualidad son muy frecuentes las familias en las que los padres se separan y dejan de ser pareja y de vivir juntos. Ante esta nueva situación es lógico que los niños y niñas se sientan desorientados al percibir los cambios.

*Pueden aparecer temores y tensiones*

La separación de los padres trae consecuencias en el desarrollo de los niños y niñas, ya que es algo que no les gusta y les crea malestar.

Es muy importante llevar el proceso de una manera positiva, con naturalidad y sin tensiones para que afecte lo menos posible a los pequeños. Deben aprender a adaptarse a la nueva situación y entenderla dentro de lo que puedan, teniendo en cuenta su edad y nivel de desarrollo. De esta forma les evitaremos futuras consecuencias negativas.



# ¿CÓMO AFECTA LA SEPARACIÓN A LOS NIÑOS Y NIÑAS?

La separación de sus progenitores va a suponer un acontecimiento desagradable, que cause malestar a los pequeños. Para ellos tanto el padre como la madre son, ambos, las dos figuras de apego más importantes.

Es importante que esto continúe siendo así, que los niños/as perciban que tienen el apoyo y amor de ambos, padre y madre. Aun así cualquier cambio es motivo de malestar y de frustración en los más pequeños, y un cambio tan importante como este, será fruto de un malestar emocional que debemos tener presente.

Cada niño/a es diferente, por lo tanto su manera de expresar el malestar y la frustración ante esta situación puede variar. Pero lo que sí es común son las posibles consecuencias, si el proceso se hace de forma traumática para ellos:



# CONSECUENCIAS TRAUMÁTICAS

- Baja autoestima
- Implicaciones en el desarrollo afectivo y la creación de vínculos de apego.
- Ideas sobre las relaciones afectivas que afecten a sus futuras relaciones.
- Miedos y problemas de conducta.
- Llamadas de atención.
- Sentimientos de rabia y de frustración.
- Dificultades para relacionarse.
- Sentimientos de culpa.
- Descenso del rendimiento escolar.



# PAUTAS CLAVES

1. Es importante que sientan el apoyo de ambos progenitores. Para ellos la separación es un proceso de duelo y tienen que adaptarse a los cambios y afrontar la nueva situación.
2. Independiente de las diferencias entre ambos padres, deben ofrecer al pequeño un consenso en cuanto a pautas educativas. El marco de disciplina ha de ser común.
3. Procura que los cambios sean lo menos acusados posibles. Es bueno que aunque no vivan juntos, los pequeños tengan acceso a ambos en todo momento.
4. Mantener entre los padres una relación de cordialidad, cariño y respeto mutuo es fundamental para su desarrollo emocional y la creación de vínculos. Los niños y niñas basan su desarrollo afectivo en los modelos que observan en casa, ofrecerles un modelo saludable es primordial.
5. Escuchar sus temores y frustraciones ante la nueva situación y explícales con naturalidad lo que necesiten saber. Ante todo es fundamental hacerles saber que ellos siguen siendo lo más importante para ambos.



## PAUTAS CLAVES

6. Evita tensiones y discusiones delante de ellos.
7. Es normal observar en un primer momento cambios en la conducta habitual del pequeño. Ten calma y sé comprensivo con estos cambios.
8. Ten cuidado con manipular al niño/a e intentar ponerle en tu lugar. Tampoco le emplees como mensajero, cuanto menos implicado este en la situación, más sano será para él.
9. Presta atención a su autoestima.
10. Ante nuevas parejas de los padres/madres, es importante explicarle que sigue teniendo a su padre y a su madre y que nadie va a sustituir a nadie. Es fundamental que las parejas sigan los mismos principios educativos y que no cuestionen los que se llevan a cabo en la familia. No fuerces, ni impongas la aceptación, es normal que en un primer momento muestren rechazo ante esa nueva persona, deja que ese rechazo corra su curso natural y que poco a poco se establezca el vínculo afectivo.



# REFLEXIÓN FINAL

A pesar de que los matrimonios pueden fracturarse no es obligatorio que se fracture la crianza, los padres no solo pueden sino que deben ponerse de acuerdo para seguir formando a sus hijos.

Un hijo de padres separados puede ser empoderado, puede tener su autoestima alta y puede vencer los obstáculos que se le presentan en la medida de pueda disfrutar del amor y cuidado de ambos padres