

Sugerencias para

Hacer Frente al Divorcio

(Suggestions for Coping with Divorce)

- 1. Los estudios han mostrado que el niño experimenta menos conflicto si los padres tratan muy vehementemente de nunca decir nada malo acerca del otro padre frente al niño.*
- 2. Es útil asegurar al niño que el divorcio no fue su culpa y proporcionar una explicación que el niño pueda comprender (por ejemplo, "Mami y Papi simplemente no podían llevarse bien y discutían demasiado").*
- 3. Los padres deberán asegurar frecuentemente al niño que ambos padres lo aman y que siempre estarán involucrados en su vida.*
- 4. Los padres encuentran explicar a los hijos cómo sus necesidades básicas serán satisfechas, dando ejemplos para que el niño comprenda mejor.*
- 5. No es inusual que los padres que pasan por un divorcio busquen asesoramiento profesional o grupos de apoyo; es un buen momento para recibir ideas de otras personas.*
- 6. Los padres deben evitar usar al niño como un "arma", o "medio" para atacar o desquitarse del padre ausente.*
- 7. Es importante ir lentamente cuando se comienza a salir con otra pareja y se le hace parte de las actividades familiares. Es necesario para los niños que se les asegure que si usted o el otro padre deben volver a casarse, siempre tendrán suficiente amor para todos, y que ellos siempre serán una parte de la familia.*
- 8. Los padres deben recordar al niño que está bien sentirse triste y que ayuda hablar abiertamente acerca de sus emociones.*