

¿ES CONVENIENTE LLEVAR A LOS NIÑOS AL PSICÓLOGO TRAS EL DIVORCIO?

El divorcio supone una experiencia de duelo tanto en los padres como en los niños.

Sin embargo, los padres viven la situación de manera completamente diferente, predominando sensaciones de alivio al cesar la situación de conflicto previa al conflicto o de ira intensa.

Para los niños el divorcio supone siempre perder, sin entrar en factores como recuperación de la estabilidad en el hogar y menor sensación de hostilidad percibida. Ellos pierden su sistema de vida, con ambos progenitores y una vida estructurada.

Muchos niños son capaces de asimilar esta situación sin grandes problemas, pero la mayoría de los niños sufren enormemente en esta situación, algunos lo manifestarán abiertamente (hostilidad, irritabilidad, menor rendimiento escolar, regresión en pautas evolutivas, quejas somáticas) y en otros casos todo parece ir bien, ya que algunos niños para no preocupar esconden sus sentimientos.

Acudir al psicólogo con el niño puede ayudar a conocer su situación emocional real y dar pautas a uno o ambos progenitores sobre la gestión de la situación.

Normalizar una situación no significa pasar página y punto. Los niños necesitan saber a qué atenerse, comprender su nueva estructura familiar y, ante todo, ver a unos padres estables, equilibrados emocionalmente y que les aporten seguridad y confianza.

Hay que tener en cuenta que muchos niños no quieren expresar sus emociones sobre el divorcio a los padres (miedo a hacerles daño, a que crean que no les son leales) o a los compañeros, por sentimientos de vergüenza. Esta situación puede crear cogniciones erróneas en ellos que siguen alimentando sin llegar a poder procesar la situación de forma sana y correcta.