

## TERAPIA FAMILIAR POST-DIVORCIO: NORMALIZANDO LA SITUACIÓN

Vamos a hablar del divorcio cuando existen hijos en común, dado que es la situación que emocionalmente puede resultar una mayor carga y fuente de disgustos de forma permanente durante años. El rencor, presuponer malicia en las acciones de otra persona, actuar milimetrando cualquier acción para que no suponga un beneficio añadido para el otro y llevar una agenda pormenorizada de supuestos agravios es angustioso, agotador. ¿Quién puede querer eso para su vida? ¿En qué confluye esto con la necesidad de empezar un camino hacia la felicidad?

Un punto básico en la ruptura de pareja con hijos es la diferencia en los puntos de vista sobre su crianza y educación: unos se quejan de permisivos, otros de estrictos, unos de que les dan de comer cosas que les dan la gana, otros que los niños llevan un régimen semiprusiano...

En realidad estas parejas no están analizando la realidad en un conjunto: el núcleo familiar. La familia, como unidad entre ellos está disuelta, ciertamente, pero la familia no es simplemente el conjunto de personas que habitan bajo un mismo techo. Los niños de padres divorciados se merecen una familia, se merecen un padre y una madre que actúen como adultos ante ellos, que sepan negociar la forma de educar a los niños y sepan ceder en aquellas partes en las que no están plenamente de acuerdo (exactamente sucedería igual si permanecieran casados, habría diferencias en la forma de educarlos pero no sería un drama).

Cuando las posturas de los padres se vuelven tan rígidas que son absolutamente incapaces de dialogar al respecto de los niños, poniéndoles a ellos y sus necesidades por delante, puede ser muy conveniente la realización de una terapia familiar.

No es exactamente una mediación, no se trata de pactar situaciones como si fuera una negociación para poner fin a las hostilidades, se trata de ir en primer lugar analizando la personalidad, necesidades emocionales, sociales, familiares del niño y a partir de ahí ir buscando el punto de felicidad máxima para él.

En casos en los que los niños ya pueden expresar sus preferencias (y no nos referimos al terrible tópico de con quien quieres estar), es importante hacerle partícipe de algunas sesiones, donde pueda expresar libremente (junto sus padres o simplemente con el terapeuta) aquellos puntos que le están haciendo más difícil la nueva organización familiar.

Mediante esta terapia familiar, basada en el diálogo y el intento de comprensión, se busca crear un nuevo sistema familiar con roles diferentes, en los que, aunque ya no exista la vinculación como pareja, se refuerza de forma

contundente los nuevos roles de los padres, e incluso se trabaja con nuevas organizaciones familiares derivadas de la existencia de nuevas parejas.

Este sistema en España está muy poco desarrollado, ya que aún estamos en la fase de considerar la custodia compartida algo complicado para muchas parejas, y ya no digamos de aquellas custodias que se conceden al padre, en cuyo caso existe una estigmatización hacia la madre de tipo cultural.

La sociedad debe cambiar hacia la reconstitución familiar sin dramas, basada siempre en que el nacimiento de un hijo es una responsabilidad que se aleja de cualquier situación que le suponga una dramatización de su vida por "no tener una familia normal": familias normales pueden ser todas aquellas que sepan poner serenidad, amor y tranquilidad en la vida de un hijo.