

GUÍA PARA PADRES

# CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS: EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA EN TIEMPOS DEL COVID-19 UNA PRIORIDAD

Ana Julia Alvarado Parra • Margel Parra Fernández  
Ignacio Muñoz Delaunoy • Nelson Lay Raby

COMPILADORES



Dirección de  
Educación Continua y  
Proyectos Educativos

Facultad de Educación y Ciencias Sociales

**Santa Bárbara**

**CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS:  
EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA  
EN TIEMPOS DEL COVID-19  
UNA PRIORIDAD**

**Ana Julia Alvarado Parra  
Margel Parra Fernández  
Ignacio Muñoz Delaunoy  
Nelson David Lay  
COMPILADORES**



Dirección de  
Educación Continua y  
Proyectos Educativos

Facultad de Educación y Ciencias Sociales

**Santa Bárbara**

CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS:  
EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA  
EN TIEMPOS DEL COVID-19. UNA PRIORIDAD  
ISBN: 978-958-5483-78-1

Ana Julia Alvarado De Sampieri  
anajalvarados@gmail.com

Margel Parra Fernández  
margel.alejandra@gmail.com

Ignacio Muñoz Delaunoy  
ignacio.munoz@unab.cl

Nelson Lay Raby  
nelson.lay@unab.cl

Compiladores

Alfonso Ávila, editor literario  
Alejandra Herrera, coordinador editorial  
Camilo Ávila Bustos, maquetación  
Carmen Bustos Giraldo, corrección ortotipográfica

SantaBárbara Editores E.U.  
Carrera 65 No.84/25, Oficina  
santabarbaraediciones@gmail.com  
www.santabarbaraeditores.com  
Barranquilla, Colombia

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. Queda hecho el depósito que previene la ley.

Impreso en Colombia.

## LOS NIÑOS Y EL DIVORCIO

**Nelson Lay Raby**

*nelson.lay@unab.cl*

<https://orcid.org/0000-0001-8501-7570>

**Margel Parra Fernández**

*Margel.alejandra@gmail.com*

<https://orcid.org/0000-0003-3530-8112>

**Adriana Wettel Guanipa.**

*adrianawettel@gmail.com*

El divorcio es uno de los procesos más difíciles por los que pasa una familia. Implica un duelo, ya que las expectativas más difundidas son de que el matrimonio o unión civil es por mucho tiempo, incluso para toda la vida (Robson, 1983).

Puesto que las relaciones cambian, también lo hacen los acuerdos, reglas relacionales y metas que se establecen al inicio de una relación sentimental. Sin querer hacer hincapié en las causas del divorcio, las circunstancias en las que se desarrolle el mismo, determinarán en gran parte las estrategias de afrontamiento de todos los miembros de la familia, incluidos los niños. Usualmente los niños son subestimados en su participación o en cómo estas circunstancias los afectan (Emery, 1999; Wallerstein, 1991), basados en la premisa de que “son cosas de adulto” o “están muy pequeños para comprender lo que sucede”. Si bien es importante mantenerlos al margen de los conflictos, más importante aún es atender a sus inquietudes y necesidades, con empatía y a través de una comunicación clara basada en la honestidad (Talwar & Crossman, 2011).

El manejo que los padres deben tener al respecto varía de acuerdo con la edad de los hijos. Los niños más pequeños suelen tener mayores dificultades para comprender lo que ocurre, puesto que cuentan con recursos psicológicos que les impiden observar la situación de una forma más abstracta, impidiendo una simbolización del trance en el que se encuentran incluyendo ciertas dificultades para expresar lo que sienten o piensan. Es así como los niños pueden somatizar más, es decir, presentar fiebres, dolores de estómago o vómitos, sin causa médica aparente. Los niños más grandes, que pueden observar su entorno de forma más abstracta, muestran un poco más de conciencia de la situación, están más atentos a las conversaciones de sus padres y en ocasiones tienden a responsabilizarse por la separación debido a su “mal comportamiento”. En el caso de los jóvenes que entran a la adolescencia, ellos ya pueden distinguir que las diferencias relacionales entre los adultos son algo indirecto a ellos, por lo que ya no manejan tantos sentimientos de culpa. Sin embargo, esto no los exime de la vivencia de pérdida y en ocasiones adoptan el papel del progenitor ausente. Si bien esta actitud podría ser interpretada como una muestra de madurez, es importante establecer límites claros y evitar sobrecargar de emociones y responsabilidades a los jóvenes.

Entre las reacciones más frecuentes que podrían presentarse están: irritabilidad, cambios bruscos de humor, aislamiento, tristeza, llanto, ansiedad al separarse de sus padres, cambios repentinos en la alimentación o sueño y regresión a estadios evolutivos anteriores que ya han sido superados, como, por ejemplo, dormir con los padres, usar pañal, pedir biberón, etc. Algunos niños podrían presentar todos estos indicadores, otros podrían presentar ninguno,

pero ¿Qué determina que tan afectado podría verse el niño? En definitiva, la actitud de los padres y las estrategias de afrontamiento (Kiernan & Hobcraft, 1997; Segrin, Taylor, & Altman, 2005) de estos ante el divorcio es crucial para que las secuelas sean las mínimas posibles.

¿Qué hacer? Lo principal es mantener a los niños apartados de los conflictos, discutir en privado, ya que, para los niños el presenciar discusiones entre los padres tiene el mismo impacto emocional que cuando a ellos se les agrade directamente. Muchas discusiones pueden involucrar temas relacionados con la crianza o gastos, por lo que los niños pueden llegar a sentir culpa. Es recomendable que, llegado el momento, ambos padres comuniquen la noticia del divorcio, y realizarlo cuando ésta ya es definitiva, es decir, los padres están seguros de la decisión. Si los hijos tienen edades diferentes, converse con ellos por separado, ya que de esta forma se puede ajustar la información y atender mejor a las necesidades emocionales individuales, considerando la edad.

La conversación con los hijos debe fluir de manera natural, sin presiones. Sin embargo, hay algunas ideas que deben quedar claras, entre ellas, que ambos padres mantendrán contacto y que aunque lo padres se separan ellos seguirán siendo sus padres por siempre, que nada de lo que haya hecho el niño ha causado el divorcio, preguntarle lo que siente o piensa al respecto para invitarlo a hablar de sus emociones, darle la oportunidad de hacer preguntas, y en caso de que no hayan no presionarlos para que den su opinión, ya que en ocasiones, les toma tiempo procesar la información.

¿Qué evitar? Llevar al niño a tomar partido por uno de los padres, hablando mal del otro progenitor o desvirtuando la presencia de este en la vida del niño. Tampoco se debe usar al niño para lograr atención de la expareja, a través de manipulaciones o mentiras, ya que esto les genera confusión, sentimientos de culpa y sentimientos ambivalentes hacia ambos padres, es decir, siente que, si mamá está molesta con papá, él también debe estarlo, e igual con la mamá. Se debe establecer límites con otros familiares, para que tampoco le hablen mal al niño de su otro progenitor.

El manejo inadecuado de estas circunstancias y la persistente descalificación de un progenitor hacia el otro lleva en ocasiones al desarrollo de un Síndrome de Alienación Parental (Gardner, 1998), que no se da por disputas en la custodia, sino por el interés específico de uno de los padres en adjudicarse la pertenencia total de los hijos, tanto física como afectivamente. Es un proceso por el cual un progenitor, en forma abierta o encubierta, habla o actúa de una manera descalificante o destructiva sobre el otro progenitor; esto puede darse durante o después de un proceso de divorcio, y es un intento de alejar o indisponer al hijo de este progenitor. Es una forma sutil de violencia, clasificada como un tipo de maltrato infantil (González, 2017), ya que genera en los niños sentimientos de rechazo y abandono, inseguridad, impotencia, sensación de indefensión, estados de ansiedad, depresión, conductas disruptivas y problemas escolares.

Por su parte, el objetivo principal de los padres debe ser lograr una alianza de cuidados, que se caracteriza por un comportamiento cooperativo y compartido de las responsabilidades de cuidado de los hijos, por parte de ambos

padres. Los que logran establecerla, tienen un interés mutuo de proteger y educar a los hijos, teniendo como base fundamental una responsabilidad compartida. El dialogo reflexivo de los padres le da a cada uno su lugar y facilita el proceso de ruptura familiar por las que ya el niño tiene que pasar. El buen funcionamiento de la alianza de cuidado ayuda al niño a generar nuevas representaciones y el niño aprende un modelo “más sano” de parentalidad, aprende a respetar, porque ha visto a sus padres negociar y llegar a acuerdos, aun en una situación de ruptura, pensando en el bien de él.

¿Cuándo buscar ayuda profesional? Uno de los aspectos importantes a tomar en cuenta, es que, como cualquier otro proceso de duelo normal, cada persona tiene un ritmo diferente para procesar y adaptarse a nuevas situaciones, por lo que es importante ser respetuoso y no hacer comparaciones. Sin embargo, existen algunas señales de alarma que nos podrían indicar la necesidad de buscar ayuda especializada:

- *Si los síntomas que su hijo presenta interfieren significativamente en su desenvolvimiento escolar o social o su rutina diaria de alimentación y/o sueño.*
- *Usted considera que su hijo está deprimido, es decir, presenta irritabilidad persistente, cambios bruscos de humor y pérdida del interés por realizar las actividades que antes disfrutaba.*
- *Si persisten algunos síntomas físicos, causados por el divorcio, por más de 6 meses.*
- *Si el niño sigue creyendo e insiste en la idea de que los padres vuelvan a estar juntos, aunque ya ha pasado más de un año del divorcio.*



- Si considera que el otro padre o la familia está perjudicando a su hijo.
- Si no se siente preparado para afrontar la situación o no sabe cómo abordar el tema con el niño.

## Referencias bibliográficas

Emery, R. E. (1999). *Marriage, divorce, and children's adjustment* (Vol. 14). Nueva York: SAGE Publications

Gardner, R. A. (1998). *The parental alienation syndrome*. 2nd. Cresskill, New Jersey: Creative Therapeutics, 1-5.

González, E. (2018). *El maltrato intrafamiliar y la resiliencia. Una propuesta de intervención educativa (Tesis pregrado)*. Valladolid, Universidad de Valladolid.

Robson, B. (1983). *And they lived happily ever after: Marriage concepts of older adolescents*. In: SAGE Publications Sage CA: Los Angeles, CA.

Segrin, C., Taylor, M. E., & Altman, J. (2005). Social cognitive mediators and relational outcomes associated with parental divorce. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(3), 361-377.

Talwar, V., & Crossman, A. (2011). From little white lies to filthy liars: The evolution of honesty and deception in young children. In *Advances in child development and behavior* (Vol. 40, pp. 139-179): Elsevier.

Wallerstein, J. S. (1991). The long-term effects of divorce on children: A review. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 30(3), 349-360.

En la familia como espacio emocional ocurren acontecimientos diversos que tienen gran importancia para el crecimiento y realización de los niños y niñas. Es al interior de la familia donde se fundan las bases de la ciudadanía, se provee los valores, creencias y modos de actuar de sus miembros.

El presente libro tiene como objetivo comprender cuáles son los procesos que contribuyen al fortalecimiento de interacciones positivas en esta etapa de desarrollo, e identificar los recursos que emergen y permiten crecer ante situaciones de crisis.

Está conformado por un conjunto de guías que examinan los fundamentos de distintas problemáticas y proponen protocolos de acción que permiten transformar estos desafíos en oportunidades de crecimiento.

Estas recomendaciones son planteadas desde una convicción: el entorno familiar es la pieza clave para enfrentar las tensiones propias de una región del mundo afectada por situaciones de violencia, pobreza, desplazamiento y explotación infantil.



ISBN: 978-958-5483-78-1



9 789585 483781