

Diario Vasco.com/05.02.12 - ANE URDANGARIN | [SAN SEBASTIÁN.](#)

Priscila Comino, Psicóloga: «El divorcio no tiene por qué causar problemas en los hijos»
Influyen más factores como el conflicto entre los padres o la falta de comunicación, asegura la experta

«El divorcio ha sido un tema tabú; hay progenitores a los que les cuesta más decírselo a sus padres que a sus hijos»
«Lo importante es que el padre y la madre, los 2, mantengan un papel activo en la crianza tras la separación»
«Hay que hacer saber a los hijos que ellos no tienen la responsabilidad de que sus padres se vayan a divorciar»

Es una situación compleja, pero no tiene por qué acarrear problemas psicológicos.

Priscila Comino es la autora de una tesis doctoral sobre el divorcio para la que ha recopilado datos sobre 416 menores de entre 4 y 18 años.

La conclusión de la investigación, que ha dirigido **Sagrario Yárnoz**, profesora en el campus guipuzcoano de la UPV, es que **cuanto mejor se adapten los padres a la separación menos diferencias presenta la conducta de sus hijos** respecto a la de los niños de progenitores casados.

- ¿Cómo se le dice a un niño que sus padres se van a separar?

- Es un momento complicado. Lo mejor es hacerlo de forma conjunta, estando tanto el padre como la madre, de cara a que ese niño vea que es una decisión firme, consensuada, y que es algo que no es responsabilidad de uno o de otro, sino algo que viene así dispuesto por parte de los 2. También es muy importante proporcionarles a los niños un espacio donde sientan la confianza para hacer todas las preguntas que quieran, porque muchas veces cuando se enfrentan a esa noticia les surgen infinidad de dudas o sugerencias que ni siquiera los adultos podríamos prever o pensar.

- Dejarles participar...

- Sí, porque además muchas veces los adultos utilizamos términos que no acaban de entender y necesitan preguntar.

En todo caso, **sin dar tampoco información excesiva**, porque hay cuestiones que son de adultos y que los niños no tienen por qué llegar a saber.

- ¿Los niños se suelen sentir culpables de la situación?

- El sentimiento de culpabilidad por la ruptura de sus progenitores **es algo que puede ocurrir**, sobre todo en niños pequeños.

Es importante, por lo tanto, **a la hora de comunicarles a los hijos esta decisión remarcar que la han tomado los progenitores** y que en absoluto depende de ellos, que en ningún caso tienen ninguna responsabilidad ni son culpables.

- Una separación, ¿cómo afecta psicológicamente a los menores?

- El divorcio va unido a ciertos problemas, pero no va a suponer inevitablemente que sean de tipo psicológico, de rendimiento escolar, etc.

El divorcio unido a otro tipo de factores, como **el conflicto interparental**, la falta de comunicación entre los progenitores de cara a la crianza de los hijos, que los niños se vean mezclados en ese conflicto entre los progenitores, o una mala adaptación de los propios progenitores sí pueden devenir en problemas como la ansiedad, la depresión, el fracaso escolar, problemas de carácter psicosomático, de agresividad, conducta delictiva...

Pero, insisto, no es el divorcio, sino el divorcio unido a otra serie de factores, lo que los desencadena.

No necesariamente tenemos que pensar que divorcio es igual a problemas en los niños.

Va a ser **un factor de riesgo**, va a haber muchas cuestiones que cambiarán, dinámicas familiares que van a verse alteradas, etc.

Pero superado ese periodo de ajuste, no tiene por qué devenir en problemas más graves.

- ¿Cómo se pueden minimizar los efectos negativos?

- Evidentemente, los niños no quieren que sus progenitores se divorcien, pero sí que **padecen todos los cambios que subyacen al divorcio**.

La mejor forma de tratar de que sea lo más llevadero posible y que **el periodo de ajuste sea lo más corto es intentar alterar lo mínimo sus rutinas**, en el sentido de que mantengan el contacto con ambas familias, con sus compañeros de clase, las actividades extraescolares...

Y, sobre todo, tratando de que **ambas figuras parentales mantengan un papel activo en la crianza de esos niños**, que sientan que pueden contar tanto con el padre como con la madre y que estos toman de forma conjunta las decisiones sobre su crianza.

- En varias comunidades la custodia compartida es la opción preferente y en el País Vasco hay asociaciones que lo reclaman con insistencia. ¿Qué le parece?

- Desde el punto de vista psicológico **lo fundamental es que ambas figuras parentales permanezcan en la vida del niño**. Otra cosa es la figura legal que eso pueda adoptar...

Quiero decir que cada hogar, cada familia, al final adapta esas fórmulas legales a sus condiciones y lo fundamental es que ambos progenitores permanezcan en la vida del niño.

- Que haya un papel más activo que las visitas en fines de semana alternos...

- Decir que se va a visitar a un progenitor es un término duro.

Se visita a los enfermos en el hospital, pero con un progenitor no debería ser así.

En cualquier caso, sí que es cierto que **hay muchas fórmulas para mantenerse presente en la vida de los niños**. Pero no hay recetas mágicas y cada familia es diferente.

Las organizaciones de las familias con padres casados también son muchas veces muy peculiares.

- ¿Influye la edad de los menores?

- Es una cuestión que habitualmente les preocupa mucho a los progenitores, que quieren saber si hay una edad en la que el daño, por así decirlo, sea menor.

Realmente, **cada etapa evolutiva conlleva sus riesgos y sus cuestiones positivas**.

Evidentemente, no es lo mismo enfrentar el divorcio con un niño de 4 años o un adolescente de 16. Cada etapa conlleva unas circunstancias específicas, pero no necesariamente una etapa va a ser mejor que otra.

- ¿Qué recomendaciones básicas haría?

- Por ejemplo, para comunicarse con un niño pequeño habrá que adaptarse a su lenguaje.

Y con un adolescente habrá que tener en cuenta otro tipo de cuestiones, como de tipo disciplinario, para que haya una coherencia entre los 2 progenitores de cara a las normas.

- ¿Qué actitud predomina en la edad adulta entre los hijos de parejas separadas?

- Es una de las líneas de investigación que tenemos abierta en el grupo 'Harremanak' de la UPV.

La investigación anglosajona, que habitualmente se toma como punto de referencia, sí que postula que cuando los hijos de progenitores divorciados son adultos y se enfrentan a sus propias relaciones, lo hagan con algo más de desconfianza o miedo.

En cualquier caso, en nuestro entorno no hay investigaciones que lo apoyen de una forma consistente.

El divorcio lleva legalizado desde 1981, un tiempo relativamente breve comparado con otros países, y eso se nota tanto en la cultura del divorcio como en el estado de la investigación.

- ¿En qué se distinguen las distintas culturas de divorcio?

- Realmente, el divorcio en nuestro entorno cultural ha sido un tabú hasta hace no tantos años.

Los progenitores muchas veces cuentan que les cuesta más decirles a sus padres que se van a divorciar que a los hijos.

No hay que olvidar que vivimos en una sociedad con una tradición eminentemente católica, en la que el divorcio no está permitido.

Así y todo los tiempos van cambiando, y eso se nota en las políticas sociales y cuestiones familiares, en las figuras jurídicas...

- ¿Cómo influye la propia situación de los padres en los hijos?

- En el estudio constatamos que hijos cuyos padres han llevado un buen proceso de adaptación no presentaban diferencias significativas en las puntuaciones respecto a niños con progenitores casados.

Es un dato alentador que motiva mucho a seguir en el trabajo preventivo en el proceso de divorcio, porque se ve que disminuye el nivel de sufrimiento de la pareja y también de los hijos.

- ¿Se puede plantear un divorcio en positivo?

- Nosotros intentamos romper esa asociación entre divorcio y problemas, psicopatologías y dar una visión un tanto positiva, porque aunque es un periodo difícil en la vida de las personas y las familias, a la larga es lo mejor.

El divorcio va a acarrear un conflicto, pero en función de la gestión que se haga, de cómo se adapten los miembros de la familia, a la larga todos ellos pueden tener una situación mucho más feliz y beneficiosa.

