

Cuando el divorcio es inevitable, ¿qué hacer?

12 de Septiembre de 2013 - [Leticia M. Serrano](#)

Cuando no existe otra salida, solo hay un paso a seguir: el divorcio.

Aunque es una transición muy difícil, porque implica la ruptura de muchas cosas, expertos aconsejan **llegar a los mejores términos con la pareja por el bien de los hijos.**

Se intentó de todo para salvar la relación, pero todo fue en vano; el único paso a seguir parece ser el divorcio,

¿qué sigue? Pues nada de conflictos ni resentimientos,

¿para qué? La pareja debe pactar acuerdos enfocados en no afectar más de la cuenta a lo máspreciado para ambos: sus hijos.

Será una transición muy difícil ya que implica la ruptura de muchas cosas, pero es más que necesario lograrla.

Claro que, como lo afirma el experto mundial en matrimonio **Mort Fertel** en

www.Vidayfamilia.univision.com, enfrentarse a las consecuencias de poner fin a un matrimonio "es bastante traumático" ya que **ahora solo verás a los niños en días programados**, quizá tengas que buscar una casa más pequeña, y **con doble gasto ya que tienes que mantener 2 hogares**, ayudar con los gastos de sus hijos, sin contar que hay que romper con años de recuerdos, o quizá enfrentarse a una nueva relación, en fin, una larga lista de cambios.

Sin embargo, el consejo crucial que brindan los expertos es que, sobre todo, si tienen hijos es de vital importancia que mantengas "una relación cordial" con tu "ex" y su familia, para enfrentar cambios de la manera más sana.

La organización **Planned Parenthood** recomienda dejar atrás los círculos viciosos, que ambos se resignen y vean que aunque se quiera a esa persona, es lo mejor para el bienestar personal.

En el mismo sitio, la terapeuta **Juliet Watne** afirma que un divorcio es muy problemático para un niño porque le provoca "mucha ansiedad e inseguridad" ya que, como es normal, los hijos necesitan de una estructura estable, una rutina que inevitablemente se rompe cuando ocurre la separación. De ahí la importancia de no tomar decisiones que los afecten más de la cuenta.

Por eso, aunque lo parezca no es nada recomendable que, luego de que se anunció la separación, los padres sigan viviendo juntos en el tiempo en que sus hijos se adaptan a la idea y al cambio.

La terapeuta señala que ya es bastante difícil que los niños afronten la separación de sus padres como para que además sean testigos de las peleas y discusiones.

Solo perjudicarán a los hijos y moldearán en ellos un comportamiento negativo.

No descargues tu rabia ante tus hijos, ellos no tienen la culpa de las malas decisiones que toman sus padres.

Otro de los acuerdos cruciales es **el relacionado con los gastos**, los cuales, aunque estén separados, no se acabarán; por el contrario, **aumentan.**

Suele ocurrir que ambas partes se pongan de acuerdo verbalmente en cuanto a cubrir los gastos de **la manutención de los hijos, recuerden que es una responsabilidad de ambos** y que se debe ajustar al presupuesto de cada quien; pero, en todo caso, si eso les genera problemas es mejor acordarlo con una firma de por medio.

A continuación, más consejos.

Cómo superarlo

Estos son algunos de los consejos que puedes seguir.

Que siga el respeto

Ante todo, el respeto. Si este se perdió durante la relación, eso no importa, tú debes terminar las cosas de la mejor manera.

Nunca recurras a los insultos, lo único que harás es dificultar la conversación y herir a la otra persona. Si te insultan, tampoco respondas con insultos.

Firme ante todos

Tampoco debes dejar de ser honesto, si le dices tus fallas y las tuyas, quizá puedas ayudar a la otra persona a no cometer los mismos errores en sus relaciones futuras.

Una vez que tomaste la decisión, terminaste y sientes que fue lo indicado, mantente en ello.

Tal vez exista alguien (amigo o familiar) que te quiera persuadir de volver o te haga pensar que no fue lo mejor y te cause culpabilidad; por tu propio bien, no hagas caso.

Sigue adelante

Es muy posible que te sientas triste y que llores, porque terminar una relación no es fácil para nadie, pero no por ello pienses en que quizá habría sido mejor continuar.

Lo siguiente y más importante es velar por los hijos.

Cuando se ha decidido que se llevará a cabo el divorcio, hay que anunciarlo, y con los hijos este paso será muy complicado.

Ayudar a los hijos

Para aliviar esta tensión y ansiedad en los hijos lo mejor es hacer todo por mantener la rutina del niño, aunque haya un cambio de casa o se establezcan las visitas al padre o a la madre.

Eso le brindará mucha seguridad al pequeño, con la imagen de que la vida sigue normalmente su curso y de que se encuentra dentro de una familia.