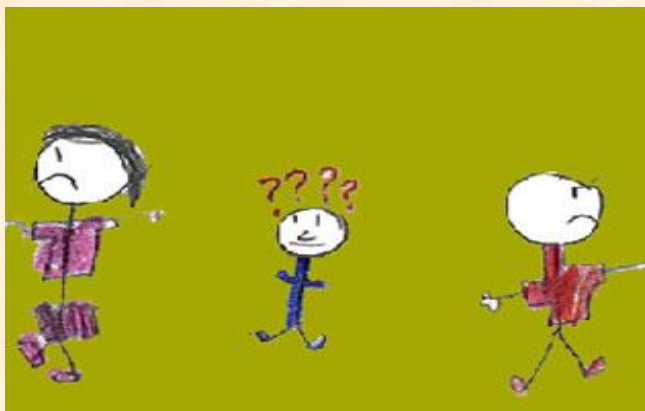


que desacrediten, critiquen, insulten, humillen o devalúen al otro progenitor para tratar de desarrollar una mejor alianza con los hijos, poniéndolos en contra de la ex pareja”, señaló.



Un aspecto importante que es necesario evitar después de una separación, es el llamado **Síndrome de Alienación Parental**, el cual puede manifestarse cuando los padres no tienen la mejor relación entre sí.

“**El síndrome de alienación parental** es un conjunto de síntomas que se traducen como una perturbación emocional a causa de la manipulación a la que son expuestos los hijos por los padres cuando ya se han separado, con la idea de ponerlos en contra de la otra persona”, explicó.



Finalmente, la especialista compartió una serie de estrategias para evitar que el divorcio afecte a los hijos, algo que, en buena medida, depende de la actitud que tomen los padres.

- Ofrecerles un modelo de comportamiento sobre cómo hay que enfrentar los problemas.
- Tener relación cordial y participar de manera activa en la vida de los hijos.
- Ayudarlos a procesar la experiencia por medio de libros o películas.
- Respetar los acuerdos de la separación.
- No discutir los problemas frente a los hijos.
- Tomar decisiones de manera conjunta siempre por el bienestar de los hijos.



¡¡ **ASÓCIATE A PAMAC!!**



¿QUÉ ES EL SÍNDROME ALIENACIÓN PARENTAL?



Por la Co-Responsabilidad Parental	Por ti, corazón...
	¡Custodia Compartida! Sweetheart, for you... Joint Custody Now!
Padres y Madres <i>en acción</i>	www.padresdivorciados.es usedimad@gmail.com ☎ 649 116 241

Con tu Ayuda y

Colaboración Conseguiremos

la Custodia Compartida

de nuestros hijos, de forma Automática

Boletín de Suscripción:

Nombre: _____

Apellidos: _____

Domicilio: _____ n° _____

Población: _____

C.P.: _____ N.I.F.: _____

e-mail.: _____

Tlf.: _____

**Si, deseo pertenecer a la Asociación
Padres y Madres en Acción (PAMAC),
abonando la cantidad de:**

● **84'00 €** Anuales ☐

● _____ € Por Donación ☐

Ingresando en la Cuenta de la Asociación
Nº: **2038-1893-75-6000068701** ó
domiciliando el pago en el Banco/Caja: _____

Calle: _____ n°: _____

Población: _____ C.P.: _____

Entidad Oficina D.C. Cuenta

□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□

En _____ a _____ de _____ de 20____

Firmado:

Hijos no deben ser un arma tras un divorcio.
Cuando los padres divorciados no tienen una
conducta cordial, los hijos pueden desarrollar
el Síndrome de Alienación Parental.

Andrés Vargas Reynoso / SUMEDICO/
México, D.F. 12 de marzo de 2013



La separación de una pareja, sobre todo
cuando existen hijos de por medio, no sólo
es dolorosa sino que debe enfrentarse con
responsabilidad de ambas partes, para que
los hijos no carguen con las consecuencias.
Cuando una pareja comienza a plantear la
posibilidad de una separación, la dinámica
familiar presenta cambios que no son
ajenos a los hijos, por ello es necesario
anunciar y explicar a los hijos qué es lo
que va a suceder y, posteriormente,
manteniendo una buena conducta y una
relación cordial, evitar que la separación
los dañe, dijo a **SUMEDICO** Laura Elena
Martínez, Psicoterapeuta familiar y
especialista en niños.

laura_elenam@hotmail.com
www.psicologiaypsicoterapia.com.mx

“Hay que acercarse a los hijos con palabras
sencillas, acordes a su edad, para
explicarles la decisión de la separación, y
sobre todo asegurarse que les ha quedado

claro que la separación será de pareja pero que
ambos seguirán siendo siempre sus padres”,
explicó.

Indicó también que los hijos generalmente
tienen fantasías de reconciliación, ya que tener
juntos a sus padres les confiere seguridad, no
obstante, lejos de parecer
que esto podría ser perjudicial, refirió que, por el
contrario, puede ser útil, ya que esta situación
los ayuda a dominar los sentimientos de
pérdida.

La actitud de los padres es importante para que
un divorcio no afecte a los hijos, por
ello, señaló que si bien a la pareja que está
separándose no le es sencillo conducirse con
la calma y la claridad suficientes, es importante
mantener disponibilidad de afecto, atención y
cuidados que permitan brindar a los hijos un
ambiente de bienestar.



Una situación que debe permanecer después de
la separación, para que el procesamiento de
esos sentimientos que van arrastrándose
no los afecten en el futuro, sobre todo en la
concepción que tienen de cada uno de sus
padres.

“Si se les brindó la información correcta y clara
sobre lo que iba a suceder y los cambios que
esto iba a traer, la convivencia será más
sencilla. Es importante que, cada uno de los
padres en su espacio, evite hacer comentarios