

CORAZON DIVIDIDO PARA NAVIDAD



La navidad es la fiesta cristiana más importante junto con la pascua, celebrada en algunas partes del mundo. Es una época importante esperada por las personas todo el año, en la cual tienen la oportunidad de compartir con su familia, realizar una cena especial para compartir con parientes y amigos y dar un obsequio como muestra de amor y afecto hacia el prójimo.

Los niños son quienes comúnmente la disfrutan por el sentido mágico que tiene esa fecha. Pero que sucede cuando el niño debe elegir o las circunstancias lo obligan a pasar la navidad con un solo padre a causa de la separación o el divorcio de los mismos. Todos los niños reaccionan de una manera diferente, dependiendo de factores como las condiciones en que se dio la separación, la manera que los padres hablan con su hijo de la nueva situación, el grado de madurez del niño, la edad.

¿De qué forma deben actuar los padres para no afectar a los niños?

1. No discuta enfrente de ellos. Recuerde que usted es responsable de la estabilidad, el entorno y la armonía en su hogar, especialmente en estas fechas.
2. Explíqueles de la forma más natural posible la nueva situación. Trate de evitar hacer sentir que el hecho de pasar la Navidad lejos de alguno de los padres es una tragedia y que tiene que estar triste por eso.
3. Evite querer sustituir al progenitor con cosas materiales. Darle muchos regalos o darle cualquier cosa que le pida para intentar llenar el vacío de la ausencia de su padre o madre es un error, ya que estas cosas lograrán que el niño llegue a manipular.
4. No hable mal del otro conyugue o de las costumbre de su familia. Recuerde que el único que se verá afectado es su niño, al oír que hablan de su padres o de la familia de estos, no olvide que también es la familia del niño.
5. Si el niño es pequeño no le deje la decisión de con quien pasará la navidad.

Probablemente el niño sienta que tiene que elegir entre mamá o papá, y que otro padre se molestará con él o se pondrá triste. Llegué a un acuerdo con su ex pareja e intente resolverlo pensando siempre en el bienestar de su hijo y no en el suyo.

6. No compita por el cariño de su niño. No es conveniente convertir la navidad en una competencia con su por quien le da el mejor regalo, quien hace la mejor fiesta, o con quien se la pasa mejor, esto puede hacer que el pequeño pierda el verdadero significado de estas fiestas familiares y que llegue hasta manipular a los padres para conseguir lo que desea.

7. Controle sus sentimientos. Aunque se sienta triste porque su hijo pasara la navidad en otra parte, trate de controlarse para no hacer sentir mal a su niño, recuerde que no lo perderá para siempre, solo es una vez en el año y el siguiente lo tendrá usted.

8. Mantenga un ambiente agradable. Aunque la separación este reciente o usted aun no haya superado el proceso de divorcio intente crear un entorno agradable y festivo, con adornos, arbolito, canciones navideñas etc. No olvide que la navidad de la infancia es una temporada que siempre se recuerda cuando se es adulto.

9. Hágalo sentir seguro. Explíquele que la situación ha cambiado pero que siempre tendrá el amor de sus padres y que siempre contará con ellos.

10. Disfrute la fiesta. Si le ha tocado que este año su pequeño este con usted trate de compartir esos momentos agradables con él y si no ha sido posible en esta ocasión llámelo y dígame cuanto lo quiere. El tiempo se pasa y si no disfruta esos momentos ahora por estarse lamentando por lo que no pudo ser, desperdiciará los instantes felices e importantes de su vida.

Licda. Gladys Ovando

Psicóloga

cuentaconmigo@muniguate.com