



## ESCUELA DE PADRES 2008

“SER PADRE ES HACER DE TU VIDA UN TESTIMONIO DE AMOR”

### MATERIAL DE APOYO PARA PADRES

NIVEL I: INICIAL, 1RO A 3RO DE PRIMARIA



SESIONES:

2. LOS PRINCIPALES PROBLEMAS DE PAREJA QUE AFECTAN A LA FAMILIA. PARTE 1.
3. LOS PRINCIPALES PROBLEMAS DE PAREJA QUE AFECTAN A LA FAMILIA. PARTE 2.

PSICÓLOGA: Carmen Rosa Tang Lévano

2008



## CONFLICTO MATRIMONIAL Y SU INFLUENCIA EN LOS HIJOS

Otro efecto nocivo de los conflictos de pareja es el impacto negativo que tiene en la conducta de los hijos. Si bien en la psicología clínica son muy habituales las observaciones que muestran la relación entre el conflicto entre los padres y los problemas de conducta de los hijos; no es fácil demostrar empíricamente que esos problemas se deban exclusivamente a los conflictos entre los progenitores.

En efecto, los conflictos en la pareja no se dan aislados; sino que se asocian a otros problemas como es la depresión y la relación existente con los hijos que están muy relacionadas con las dificultades de la pareja. Se ha comprobado que la depresión de los padres, por sí misma, sin distorsiones adicionales en la pareja, tiene una influencia en la conducta de los hijos similar a la de los conflictos entre la pareja y, cuando se suma a los conflictos entre los padres, se potencian de forma notable los problemas de conducta en la descendencia (Fincham y Osborne, 1993)

Otra variable, no necesariamente relacionada con los conflictos entre los padres, es la relación entre padres e hijos. Cuando las relaciones paterno filiales son conflictivas la conducta de los hijos se ve afectada y se deteriora. Si, además, existen conflictos entre los padres, sobre todo si se llega a determinados niveles de violencia, la relación de los progenitores con los niños suele deteriorarse más todavía y también se tiñe, en general, de violencia. En esos casos los desajustes en la conducta de los hijos se potencian de forma considerable (Fincham y Osborne, 1993).

Como en tantos problemas de tipo psicológico, no se puede hablar de relación causa efecto, los conflictos entre los padres no necesariamente afectan negativamente a los niños. A veces, sobre todo si se resuelven de manera adecuada, y el niño es capaz de entender lo que ha pasado y como se ha resuelto, pueden ser para él un motivo de aprendizaje para resolver problemas similares. También desde el punto de vista de la influencia psicológica en el niño, es más importante la percepción que él tiene del conflicto y sus reacciones que lo que objetivamente ocurre.

También es importante distinguir entre la insatisfacción en el matrimonio y el conflicto. Los problemas con los hijos se relacionan no tanto con un problema general de satisfacción en el matrimonio sino con los conflictos entre los padres y en particular con determinados aspectos particulares de estos (Fincham y Osborne 1993):

**FRECUENCIA:** Cuanto más frecuentes los conflictos hay indicios de que más tendencia tendrá el niño a la violencia y más afectado se ve.

**INTENSIDAD:** La agresión física está más relacionada con los problemas que las agresiones verbales o las de menor intensidad. Cuanto mayor es la intensidad de los conflictos verbales más indefensión produce en el niño.

**MODO DE EXPRESIÓN:** Correlaciona con el punto anterior. Se distinguen distintas formas: física, no verbal y verbal. La no verbal es peor que la verbal porque es más difícil de resolver.

**CONTENIDO:** Si los conflictos se refieren a los niños tienen mucho mayor impacto en ellos. Intentan resolver algo que está fuera totalmente de su capacidad. Por eso cuando el motivo explícito del conflicto son los hijos aparecen en estos mayores sentimientos de vergüenza, de culpabilidad, de miedo a ser involucrado en el conflicto o a ser requerido para su intervención directa o indirecta.

Una pregunta que lógicamente surge es si puede ser beneficioso para los hijos el divorcio, cuando en un matrimonio se están dando disputas y conflictos constantes y sin solución.

Los estudios que se han hecho muestran evidencias de que los hijos que presencian de forma constante los conflictos de sus padres tienen más problemas que aquellos en los que el divorcio pone punto final a esos enfrentamientos. (Weiss, 1989). Se supone que el divorcio pone fin a los problemas y discusiones manifiestas de los padres, lo que no siempre sucede. Los estudios de Ensign (1998) abundan en la idea de que las capacidades



para nuestras relaciones las aprendemos de las que observamos en nuestros padres. Así, existe una relación inversamente proporcional entre los conflictos de los padres y la intimidad que alcanzan los hijos en la adolescencia. Estos estudios muestran que el divorcio también correlaciona de forma negativa con la intimidad a la que llegan los descendientes, pero de forma menos significativa.

## LOS PRINCIPALES PROBLEMAS DE PAREJA QUE AFECTAN A LA FAMILIA



En nuestra sociedad existe la certeza de que la relación de pareja está en crisis. Existe el sentimiento social de que las relaciones de pareja están evolucionando y que el matrimonio como institución social está en proceso de cambio muy rápido. Factores sociales, como la incorporación masiva de la mujer al mercado laboral o el control de la natalidad; con el resultado de una igualdad creciente entre hombre y mujeres, han influido profundamente en las relaciones entre los componentes de la pareja. Otros fenómenos agudizan el cambio, como el trabajo precario, las jornadas interminables, etc. que retrasan la formación de la pareja y la edad en la que se tienen los hijos y dificultan la comunicación y la construcción de la intimidad.

Si hubiera la necesidad de clasificar los principales conflictos que surgen en la pareja y que afectan directa o indirectamente a los hijos, se podría mencionar los siguientes:

### 1. EL DIVORCIO - RENDIMIENTO ESCOLAR:

El bajo rendimiento escolar es la principal causa por la que numerosos niños sean remitidos al psicólogo, sin embargo, detrás de cada materia reprobada en la escuela, se oculta un golpe, una violación o simplemente una gran tristeza a raíz de la separación de sus padres.

Los especialistas sobre la materia refieren que "generalmente los niños no llegan porque hay un problema de divorcio o violencia, si no que llegan con otras manifestaciones como alteraciones en las emociones, en las cuales hay un matiz entre depresión y ansiedad, llegan por problemas de bajo rendimiento escolar y alteraciones del apetito y del sueño".

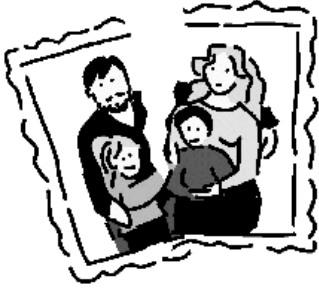
De acuerdo a los investigadores de la salud, una vez que se comienza a investigar, charlando con los pequeños, es que comienzan a salir a la luz problemas como la disfunción familiar, violencia en el hogar o tener padres y madres que se han separado y han hecho vida marital con varias parejas. "El mayor riesgo de abuso sexual a estos niños es cuando hay padrastros, porque se ha visto que también una de las situaciones que se da es que la nueva pareja abusa de los niños".

***Bajar las calificaciones en la escuela y aislarse son algunos de los síntomas que nos indican que el divorcio de sus padres le ha afectado a un niño.***





## 2. DESINTEGRACIÓN FAMILIAR :



El concepto "desechable" de la familia, los problemas económicos, el alcoholismo y la migración, tanto hacia la capital como hacia el extranjero, son algunas de las principales razones por las que las familias se están desintegrando.

"Hoy en día se mira a la familia como algo que no es tan sólido y como pasajero, como que estamos acostumbrándonos a lo desechable, hay poca consolidación y transmisión de los valores tradicionales que se tenían de la familia; la población quiere gran disfrute con poco esfuerzo y a veces el matrimonio es una cuestión de mucho esfuerzo, algo muy laborioso que hay que estarlo trabajando diariamente".

"Actualmente la estructura de las familias es que los niños se están quedando con los abuelos, generalmente está desapareciendo la figura del padre y la madre porque estos se van y esto trae una serie de consecuencias porque los abuelos son incapaces de imponer la disciplina y de poder manejar a estos niños, que al sentirse abandonados tienen un mayor factor de riesgo para querer huir de la casa y para estar más tiempo en la calle".

Unos de los síntomas que se observan en los niños de familias disfuncionales son la rebeldía, agresividad, problemas de socialización, aislamiento, bajo rendimiento escolar e irritabilidad.

## 3. LA MALA COMUNICACIÓN...

La falta de comunicación es uno de los principales problemas con los que se puede encontrar cualquier pareja y que incluso puede llegar a destruir la mejor relación. Si deseamos mantener una relación duradera, debemos luchar por tener verdaderos ratos de intimidad donde fluya la comunicación y donde podamos hablar sin ser interrumpidos por nada ni nadie. Cuando amamos profundamente a una persona y no sabemos transmitirle lo que pensamos y sentimos, lo más probable es que la relación fracase. Tenemos que saber expresar nuestros sentimientos y tratar de conocer los de nuestra pareja. Para ello es fundamental saber escuchar y mostrar atención e interés por todo lo que a ella concierne.



Muchas veces la falta de comunicación se produce por falta de tiempo o por cansancio. En ese caso, debemos fijarnos un momento al día para poder conversar con nuestra pareja, sin que ninguno de los dos falte a esa cita. Debemos tener en cuenta que lo más importante para nosotros es luchar por la relación que mantenemos con la persona que amamos.

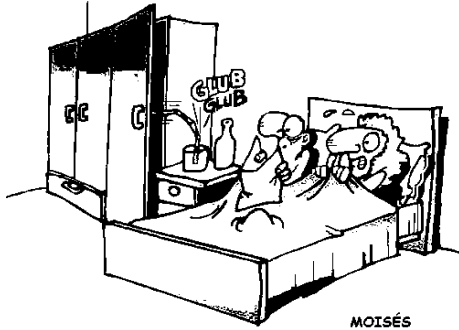
La principal causa de problemas en una pareja tiene que ver con que "cada cónyuge supone o da por supuesto lo que el otro quiere".

Es muy común escuchar a la mujer decir: "él jamás me invita a salir". Sin embargo, cuando uno le pregunta a ella sí le "ha hecho patente su deseo, responde que no". Las parejas tienen que darse cuenta que es imposible adivinar lo que el otro quiere si no se le pregunta claramente!.

Lo que también se hace muy frecuente y que se convierte en un conflicto para los niños, esta relacionado a aquellos padres que utilizan a sus hijos como los "mensajeros" de sus pareceres, deseos e interés de ambos padres o de uno de ellos, involucran a los hijos en sus conflictos de pareja y el hijo se ve en la disyuntiva de a quien hacerle caso.



#### 4. LA INFIDELIDAD EN LA PAREJA:



Traición, mentira, engaño son algunas de las palabras empleadas por la persona ofendida. La infidelidad se produce cuando una pareja rompe el **compromiso de lealtad sentimental** contraído. Es una traición a una promesa hecha por la pareja, una promesa de exclusividad, de amar sólo a esa persona.

No siempre tras la infidelidad se produce una ruptura, **algunas parejas consiguen superarlo. Otras rompen con la pareja**, no están dispuestas a continuar una relación en la que se ha perdido lo

fundamental, **la confianza**, además de tener el temor de que vuelva a ocurrir.

En ambos casos la infidelidad trae consigo **un gran dolor**, pérdida de confianza en la pareja, pérdida de autoestima, humillación, impotencia y rencor.

Cuando se produce la infidelidad, pensamos que es por un motivo importante, una situación insostenible dentro de la pareja o por un gran amor. Sin embargo, **la mayoría de las veces es por situaciones más banales.**

**La infidelidad no es cosa de pareja sino de uno mismo**, se produce por una falta de autocontrol y por no saber evitar a tiempo situaciones comprometidas.

La mayoría son parejas en que el hombre es quién ha sido infiel y es la mujer la que busca recomponer la relación. "Ella es casi siempre la que busca una nueva oportunidad, trata de preservar la pareja para mantener un hogar para sus hijos". En el caso inverso, "cuando es la mujer la que ha sido infiel, el pronóstico de la pareja se hace incierto".

El mayor problema surge cuando utilizan para sus fines a los niños, pues involucran a los niños en los conflictos continuos, chantajea a la pareja para que vuelvan anteponiendo a los niños, en otros casos, los hacen partícipes de las peleas y agresiones físicas ante la otra persona o el padre o madre que haya sido infiel.

#### 5. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Afortunadamente el tema de la violencia ha dejado de ser un tabú en estas últimas décadas, aún cuando es una situación que en la mayoría de los casos no se expone públicamente.

"Las personas tienden a no involucrarse cuando ven que una pareja tiene un problema de este tipo. Sin embargo, en muchos casos la ayuda especializada podría evitar una tragedia", explica ella. La violencia intrafamiliar nace "de patrones aprendidos en la niñez". Por eso es importante la educación de los niños. Este es uno de los conflictos más graves que afectan a las parejas debido a que "sí no es tratado, el grado de frecuencia y violencia de cada crisis se acrecentará en el tiempo".

Las consultas por este tipo de conflicto son de un 14 por ciento, pero este es un porcentaje mínimo, ya que muchas parejas llegan a pedir orientación escondiendo -a veces hasta de forma inconsciente que son víctimas de esta situación.

La especialista define este problema como un "círculo vicioso". Comienza con una crisis, luego se desata la tensión y con ello la confrontación!. Pero luego, viene el "arrepentimiento", que es definido como una especie de luna de miel, donde la pareja se reconcilia!, hasta que el proceso comienza otra vez.





En los niños la violencia se hace extensiva, pues ellos también son objeto de maltrato o evidencian maltrato continuo a uno de sus padres, ocasionándoles trastornos emocionales y psicológicos mayores.

## 6. LOS ESTILOS DE CRIANZA

Existen muchas ideas sobre cómo criar a los niños. Algunos padres adoptan las ideas que sus propios padres usaron. Otros buscan consejos de sus amigos. Algunos leen libros sobre cómo ser buenos padres. Otros toman clases ofrecidas en la comunidad. Nadie tiene todas las respuestas. Sin embargo, los psicólogos y otros científicos sociales ya saben cuáles prácticas de crianza son más eficaces y tienen más probabilidad de llevar a resultados buenos para los niños.

Las ideas sobre cómo criar a los niños se pueden agrupar en tres estilos. Estas son maneras diferentes de decidir quién de la familia tiene qué responsabilidad.

### Autoritario



Los padres autoritarios siempre tratan de estar en control y ejercer control sobre los niños. Estos padres fijan reglas estrictas para tratar de mantener el orden, y normalmente lo hacen sin demostrar mucho afecto o cariño al niño. Tratan de establecer normas de conducta estrictas y generalmente son muy críticos de los niños por que no satisfacen los criterios. Les dicen a los niños lo que deben hacer, tratan de hacerles obedecer y normalmente no les dan opciones para escoger.

Los padres autoritarios no explican por qué quieren que sus hijos hagan las cosas. Si un niño pregunta sobre alguna regla u orden, quizás el padre le conteste, "Porque yo dije". Los padres tienden a concentrarse en el comportamiento negativo, en vez del positivo, y castigan o regañan a los niños, muchas veces severamente, por que éstos no siguen las reglas.

Los hijos de padres autoritarios generalmente no aprenden a pensar por sí mismos ni entienden por qué sus papás exigen cierto comportamiento.

### Permisivo

Los padres permisivos ceden la mayoría del control a los hijos. Fijan muy pocas reglas, si es que fijan algunas, y las que sí fijan generalmente no se hacen cumplir de manera uniforme. No quieren estar atados a una rutina. Quieren que sus hijos se sientan libres. No establecen límites ni tienen expectativas claras de comportamiento para sus hijos, y tienden a aceptarlos de manera cálida y cariñosa, no importa la conducta de los niños.

Los padres permisivos dan a los niños tantas opciones posibles, aún cuando el niño no sea capaz de tomar una buena decisión. Tienden a aceptar el comportamiento del niño, sea bueno o malo, y no hacen ningún comentario sobre si le beneficia o no. Quizás se sienten incapaces de cambiar el mal comportamiento, u optan por no involucrarse.





## Demócrata



Los padres demócratas ayudan a los niños a aprender a valerse por sí mismos y a pensar en las consecuencias de su comportamiento. Lo hacen al dar a sus hijos expectativas claras y razonables y al explicarles por qué esperan que los niños se porten de cierta manera. Hacen seguimiento del comportamiento de los niños para asegurarse de que cumplan las reglas y expectativas. Lo hacen de una manera cálida y cariñosa. Muchas veces, tratan de pescar a los niños cuando se portan bien para poder reforzar el buen comportamiento, en vez de

concentrarse en el malo.

Por ejemplo, al niño que deja los juguetes en las escaleras le dicen que no lo debe hacer porque "alguien podría tropezar con ellos y lastimarse o dañar el juguete". Más adelante, los padres involucran a los hijos cuando fijan reglas y hacen quehaceres. "¿Quién va a trapear el piso de la cocina y quién va a sacar la basura?"

Los padres que tienen un estilo democrático ofrecen opciones según las habilidades del niño. Para un niño pequeño, la opción puede ser entre la camisa roja o de rayas. Para un niño mayor, la opción puede ser entre una manzana, una naranja o un plátano. Los padres guían el comportamiento de los niños enseñándoles, no castigándolos. "Le pegaste a Maribel con la camioneta. Eso le dolió. Vamos a guardar la camioneta hasta que puedas jugar con ella de manera segura".

El problema surge cuando los estilos de crianza no combinan o ambos padres no se ponen de acuerdo cómo deberán de educar y criar a los niños, dando lugar a una lucha de poderes.

## RECOMENDACIONES PARA APOYAR A LOS NIÑOS

***La separación de los padres suele provocar efectos en el desarrollo y la escolaridad de los hijos. Para ayudarlos, la comunicación entre los papás y los profesores es clave.***

- Si el niño está visiblemente triste, enojado, agresivo o expresa cualquier comportamiento fuera de lo usual, el padre o madre debe atreverse a conversar con él al respecto. No de una forma juzgadora, sino acogiéndolo sus sentimientos.
- Como el menor siente que no controla su ambiente, que pierde manejo, una forma de mejorar su autoestima, es darle actividades en las que sienta logro.
- Otra opción es incluirlo en talleres extra escolares de orientación psicológica, que les pueden ayudar a trabajar sus sentimientos.
- Respecto al colegio, si la ruptura ocurre una vez matriculados, la familia debe estar atenta a los cambios que observe su tutora en él o ella y poder atender los cambios a tiempo.
- Los padres separados deben comprender que los dos deben estar presentes en la vida de sus hijos. Y que es imprescindible que mantengan entre ellos un diálogo, aunque sea mínimo, centrado en la crianza y educación.
- Los padres deben de aprender a llegar a acuerdos que les permitan presentar o explicar a los hijos la separación o cualquier otro tipo de conflicto: Cuándo les hablarán, quién lo hará y cómo lo harán.



C.E.P. Manuel A. Ramírez Barinaga  
Hermanos Maristas

- La calidad del diálogo, de los acuerdos y de la colaboración dependerá la calidad de la vida de los hijos y de los padres. Aprendamos a comunicarnos.
- El hijo debe sentir que el padre y la madre lo quiere, tanto por el tiempo que pasa con él, como por el compromiso con que asegura su desarrollo y educación. Si las dos cosas faltan, el hijo se sentirá abandonado, se resentirá psicológicamente.
- Se recomienda crear un clima familiar propicio donde los niños puedan crecer con confianza, sin angustia, inseguridad o tristeza.



### **RECUERDE**

***"La unión entre los padres, da a los hijos seguridad y confianza".***