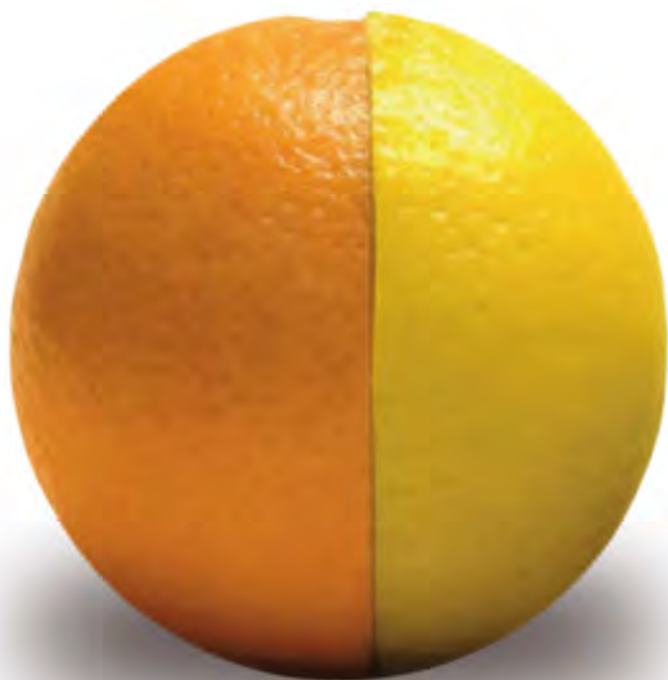


María Barbero - María Bilbao

El Síndrome de

Salo *el niño par* mión *tido en dos*
2^a
EDICIÓN



Desclée De Brouwer

maría barbero de granda
maría bilbao maté

El síndrome de Salomón

el niño partido en dos

2ª edición



Desclée De Brouwer

Índice

Prólogo	13
Capítulo 1 • El principio	15
Crisis de pareja	15
La separación emocional	15
La separación física	17
Llega el momento de hablar con nuestros hijos	18
¿Se lo contamos a los niños?	18
¿Qué ocurre cuando...? Diferentes Situaciones	20
Casos especiales. ¿Qué hacer?	21
<i>Padre abandonico</i>	21
<i>Padres maltratadores</i>	22
¿Les contamos todo? ¿Cuándo es el mejor momento?	23
Las reacciones de los niños y el modo de explicárselo varía en función de la edad del niño	27
Respuestas emocionales de los niños y adolescentes	27
Anexo	31
Capítulo 2 • El día que se va	33
La separación física	33
Empieza una nueva etapa en otra casa con diferentes actividades ...	34
Dudas de los padres que surgen ante los primeros momentos de la separación física	35
Ejercicio práctico	39

Emociones que sienten los niños	41
Idealización	41
Tristeza	41
Miedo	42
Celos	44
Enfado	45
Culpa	47
Otras reacciones	49
Custodia	51
<i>Tipos de custodia</i>	51
Anexo – Ejercicios prácticos	53
Trabajar los encuentros y las despedidas	53
Expresión de las emociones	53
Temores	55
Normas	56
Capítulo 3 • Distintos comportamientos	57
Comportamientos de los niños ante la separación	57
El niño adulto o sobreadaptado	58
El niño regresivo	60
El niño ansioso	62
El niño manipulador	65
El niño deprimido	66
El adolescente	67
Las nuevas parejas y la educación de los niños.	68
La “mamastra”	70
El “papastro”	72
Parejas homosexuales	73
Reacciones de los ex.	75
Abandonos y manipulaciones	76
Tu “papá/ mamá” te quiere mucho	77
Capítulo 4 • Guía para niños.	79
Entender la separación	79
Una ayuda para llevarte bien con la pareja de papá o mamá.	81

Darte cuenta de cómo te sientes	82
Cómo afrontar algunas reacciones de tus padres	93
El padre que no ve a sus hijos	95
Los padres que hacen elegir a sus hijos	96
No quiero ver a mi padre/madre	97
Me gustaría ver más a mi padre/madre	98
 Bibliografía	 99
 Agradecimientos	 101

Prólogo

El síndrome de Salomón sería como dice el subtítulo del libro, el niño partido en dos, no solamente porque puede haber una pelea entre los padres por su custodia, sino porque también las personas que rodean a este niño, ya sea la familia o los profesionales de ayuda [maestros, educadores, psicólogos, jueces, abogados] se encuentran en la disyuntiva muchas veces de tener que decidir qué es lo correcto y qué es lo que se tiene y no se tiene que hacer para que en toda esta situación de cambio drástico para el niño, haya un menor sufrimiento.

El niño partido en dos, no siempre se produce porque ambos padres se peleen por su custodia o por su cariño, sino también porque este niño se encontrará a partir de la separación de los padres, dos rutinas, dos casas, dos mundos y sus afectos y sus necesidades emocionales se verán muchas veces divididos, no tanto entre uno y el otro, sino que estarán condicionados por el momento y el tiempo en que está con un padre o el otro.

En este libro las autoras explican de modo verdaderamente afectivo y efectivo, todos los posibles pasos que tanto los padres como los niños, se pueden encontrar en una situación de divorcio de la pareja. Las explicaciones de cada capítulo son profundas y al mismo tiempo sencillas, y así poder ser entendidas y transmitidas a toda persona que se encuentre pasando ya sea por este momento emocional, y, para cualquier profesional de ayuda que necesite más herramientas en su deseo de sostener y acoger a la familia en lo pedido.

Al mismo tiempo las autoras han agregado toda una serie de ejercicios prácticos tanto para los padres como vuelvo a repetir como para los profesionales, que pue-

El síndrome de Salomón maría barbero y maría bilbao

den en base a éstos facilitar todo este proceso y ayudar a reflexionar tanto sobre ellos mismos como sobre la situación.

Lo hermoso además de este libro, es que hay toda una parte dedicado propiamente a los niños, con palabras para ellos, con ejercicios prácticos y puntos de reflexión que les ayudarán posiblemente a tener sus propios puntos de vista y a tener confianza en sí mismos para poder hablar del tema con sus propios padres y adultos de su entorno.

El *Síndrome de Salomón*, como término es acuñado en un trabajo de equipo, donde todos estuvimos hilando frases, emociones y conceptos, para poder definir, de un modo gráfico y al mismo tiempo emocional, las características que contienen todo este momento en el mundo del niño y de los padres que se separan.

Al mismo tiempo, el modelo tan sanador de María Barbero y María Bilbao, de poder trabajar juntas, siendo cada una diferente a la otra, sus modos de comunicarse entre ellas, de pasar horas y horas de creación de ideas, de revisión de historias, de tratar de unir pareceres y conceptos, sus modos de transmitir ese amor por los niños y sus padres, su respeto y delicadeza ante las situaciones de estas familias en proceso de ruptura, creo que son el más bello ejemplo de cómo este síndrome puede ser resuelto, es decir, sin imposiciones, sin querer dominar uno sobre el otro, con la paciencia infinita de volver a explicar lo que el otro no entiende, el deseo de abrir la mente y el corazón para dejar que entren las razones y las emociones del otro, y como fin, lograr este tejido y tramado de ideas, de ejercicios, de historias, de postura ante los problemas, de sonreír y de volver a reír, porque hay una base de confianza, de deseo de que lo que se intenta hacer juntos no se pierda y más bien se construya y reconstruya, que en este caso es este libro y sus aportaciones teóricas y prácticas y en el caso de los padres, un nuevo modelo de cómo afrontar y reconstruir la familia. Muchas gracias por todo esto.

Loretta Cornejo Parolini

Crisis de pareja

La separación emocional

Empiezan los problemas entre nosotros, me doy cuenta de que no somos felices. Nuestro modo de acercarnos es discutiendo o con continuos reproches sobre lo que no nos gusta. Ya no espero nada de ti, simplemente me dedico a resignarme y hacer mi vida sin contar contigo. Vivimos bajo el mismo techo pero nos une muy poco, creo que es el momento de elegir entre seguir juntos y no ser felices o vivir separados. Es difícil, no sé qué hacer, me siento confundida y con muchas dudas. Ahora sólo tengo un hogar sin amor, triste... Mis pensamientos son siempre los mismos, lo que me pone nerviosa de ti, lo desgraciada que me siento y pienso poco en mis hijos, es como si mi cabeza sólo pudiera pensar en esto. Le doy vueltas a todo, me asusta el quedarme sola, me asusta la reacción de los niños... También podría resignarme a vivir así por los niños, para que no sufrieran. Tú me dices que lo intentemos, pero ya es tarde, me siento muy lejos, algo internamente se ha roto hace ya tiempo. Me siento culpable por no querer intentarlo, pero ya me siento separada sólo me queda el vivir cada uno en un sitio y ¡decírselo a los niños! [Estas son las reflexiones de una paciente unos meses antes de separarse físicamente].

Estas vivencias de esta mujer forman parte de lo sentido durante el proceso emocional de pérdida.

Antes aclararemos lo que entendemos por **separación física y por separación emocional**: la separación emocional es el proceso interno y vivencial de pérdida en la que aparecen las etapas que están en cualquier duelo, como son la negación de lo que está ocurriendo, la confusión, la tristeza, la rabia o el enfado y la aceptación. Esta última no implica el resignarse, sino una elaboración psicológica compleja, y da como resultado una respuesta serena de aquello que antes nos dolía. Este proceso es diferente para cada persona. Pueden atravesar todas las etapas en diferente orden e intensidad o sólo algunas, eso sí para que se cierre es imprescindible el llegar a la aceptación y así poder estar en paz y que los problemas no interfieran en los niños y no se vean mezclados en nuestro propio proceso de pérdida.

Es muy importante elaborar todo lo que se siente para centrarse en la ayuda en el proceso de pérdida de los hijos. Nos encontramos entonces que si los problemas no están suficientemente resueltos, los padres no podrán realizar sus funciones parentales porque estarán demasiado “contaminados” por la situación que atraviesan. [Enfadados, culpabilidad, tristeza]. Y la comunicación con los niños no se hará con serenidad y protección ya que las respuestas que darán a las dudas de los niños no se darán con el fin de tranquilizarles, si no como un pretexto para atacar al otro o para culpabilizarle. Así es como la pareja pierde la perspectiva y no piensa en lo mejor para sus hijos sino en la manera de “fastidiarle”. De este modo, los niños se ven envueltos y contaminados por todas estas emociones tan dañinas y su sufrimiento aumenta.

Es algo relativamente frecuente que, cuando atravesamos por una situación muy dura nos cuesta pensar de un modo claro en otras facetas importantes de nuestra vida. Por eso si elaboramos primero lo nuestro, tendremos más claridad para ayudar a nuestros hijos.

Es imprescindible asimilar el proceso de pérdida emocional de la pareja para no perder vuestro papel de padres, como acompañantes de todo lo que sientan y vivan nuestros hijos.