

STAGES OF DEVELOPMENT: **Effects of Divorce/Separation on Children**

INFANTS – 0 TO 18 MONTHS

Infants can sense tension in their environment. The most important thing at this stage of development is for the infant to form a trusting bond with 1-3 primary, consistent caregiver(s). This caregiver could be Mom, Dad, or another individual. It is very important for the child that the same people be there as often and as consistently as possible.

When an infant notices the loss of a parent, the most common sign of trouble is regression, a return to behaviors normal at a younger age. There may be failure to thrive (when a child is unresponsive and fails to make developmental progress), eating problems, excessive crying and the child is difficult to soothe.

The child needs to be kept close to their primary caregiver(s). It is important to follow a consistent routine; keep the infant in familiar environments regularly. Parents should be able to soothe the infant and hold and cuddle them as much as possible.

It is very important at this stage of development that a child feels loved and safe and that they can trust the parents to meet their needs.

TODDLERS – 18 MONTHS TO 3 YEARS

Toddlers typically feel intense fear when they are faced with changes. At this age, most children cannot express their feelings in words, so they will act out. Typically, they regress to an earlier stage of development when stressed, (Ex. want to suck their thumb), throw tantrums, fear being left alone, may cry inconsolably.

Regression needs to be understood by parents and handled with reassurance rather than criticism. Children need to feel safe, loved, and that their growing development is supported. This is a time when the child needs to feel "I can do it!" and that at least one loved parent is watching. At this age, children do not understand that something can be accidental and think things are done on purpose.

Parents need to follow a consistent, predictable routine with limits, with consistent follow through. Actions speak louder than words at this age in particular. Child needs to be reassured that nothing about their behaviors has caused the divorce.

PRESCHOOLERS – 3 TO 5 YEARS

Preschoolers may feel fear of abandonment and responsibility for the parents' divorce as well as confusion. Children this age need to have a stable and predictable world. They should have to undergo as few major changes as possible. Necessary changes should be introduced gradually with ample time for the child to adjust. At this stage of development children like to read the same stories over and over. Although this can be boring to an adult it is reassuring to a child. Preschoolers need to be allowed to take their prized possessions with them when visiting other parent (toy, blanket, etc.).

It is also typical at this stage to respond to stress and change with regression. Other behavioral changes may include nightmares, unusual neediness (clingy, whiny) or angry behavior (hitting, breaking toys). At this age,

children may become afraid of many things that did not create fear before the parental separation. Routines in both houses should be as similar as possible.

Parents need to understand regression as a natural part of the crisis the child is going through. Children are now starting to learn that a person can go, yet return. They need a lot of reassurance that the parent who has gone will return! They are now starting to identify their feelings (know what sad, angry or happy feels like). They need to talk about feelings and be given simple ways to deal with difficult feelings (talking about them, knowing that they are normal, allowing child to hit pillows when angry instead of another child). Children at this age demonstrate individual characteristics that parents have to take into consideration. Their needs and personality have to be taken into account when putting together a parenting plan. DO NOT make promises that can't be kept.

Children this age may feel responsible for the divorce since young children believe in "magical thinking" and think that they can "cause" things to happen. They also tend to take things personally. Ex., if Dad can hate Mom, then he can hate me.

IMPORTANT ISSUES-INFANTS, TODDLERS & PRESCHOOLERS:

- Provide a safe environment physically and psychologically. No fighting around the children, even if you think they are asleep or not paying attention.
- Stability: Children need as few changes as possible at this time.
- Predictability: Give children similar rules and consequences at each home. Tell them when they will be with each parent.
- Do not give detailed explanations about parental separation. Explain where they will sleep and who will take care of them.
- Reassure, reassure, then reassure some more about being loved, safe and that you will take good care of them.

PRIMARY SCHOOL – 6 TO 11 YEARS

Children of this age range are very concerned about issues related to their family. They use the family stability as an "anchor" from which to go out and explore the world. This is a time when the attitude about family is reflected in "My Dad can beat your Dad" kind of statements. When parents separate during this stage of development, it is very difficult for the child to accept. It is often in this age group that children get caught in loyalty binds during their parents' separation or divorce, which is one of the most emotionally damaging things that can happen to children. A loyalty bind occurs when one parent has, usually indirectly, manipulated the child/ren to be on their side against the other parent. It is not the child's idea, no matter how the parent has twisted the circumstances to appear that it is the child that wishes not to have contact with the other parent. It is usually aided by the other parent who is less than sensitive to the child's needs and does not go out of their way to make the child comfortable and happy when they are with them, which makes it all the easier for the manipulating parent to sabotage visitation. Unfortunately, two wrongs don't make a right and both parents usually claim the moral high ground while the child gets stuck in the middle of the high conflict and lots of court battles to solve the visitation issue.

Most children of this age will feel guilt, and a devastating sense of loss. They may also feel rejected and betrayed. Due to these feelings, most children wish desperately for their parents to get back together again. They may display a variety of behaviors to fulfill this wish... even telling their parents different stories that lead to a parental fight. For the child, it's better to have parents fighting than having them have no contact with each other at all.

Problems that can be expected from children of this age may include; behavioral problems, depression (eating, sleeping, withdrawal), anger (at parent who "left" as well as at parent who "made" them leave), and school problems (inability to concentrate, acting out, slipping grades, etc.) Some children become the perfect child while other becomes angry or withdrawn. There are children that will take on adult roles and others that will regress to younger stages and want you to baby them. Some will show you how upset they are while some will hide their feelings and hurt from you. However, since you are the expert on your children, it is important that you pay attention and notice if your child is behaving in a way that is not normal for them. It may be a sign that the child is feeling stressed or depressed and needs some help.

It is best for Parents to avoid power struggles. All children need to feel that they are not going to lose a parent when their mother and father split up. It is important that the children are given structure and predictability and that the parents create as few changes as possible for their children. "Family outings", picnics, going to the park, and other activities that include others are preferred for children of this age. Parents should include phone calls, letters, and some kind of contact during the week to keep in touch with school age children. It is also very important that both Parents attend the children's school and sports activities if at all possible. Even though 11 year olds can be critical and/or embarrassed of their parents, they usually want them around, especially at their events to watch them perform and tell them you are proud of them.

IMPORTANT ISSUES FOR PRIMARY SCHOOL CHILDREN

MORE IMPORTANT THAN AT ANY OTHER DEVELOPMENTAL STAGE: PARENTS NEED TO ELIMINATE THEIR CONFLICT!

- Parents need to know that even though a child of this age appears more "grown up", they will not understand the reasons for parental separation, so do not give them the gory details of the split, child support issues, etc.
- Avoid child becoming the little man of the house or mother's little helper.
- Reassure, reassure, and reassure some more that they are loved and that neither parent is going to stop loving them or going away permanently.
- Give your child permission to love both of you so they can grow up with a healthy relationship with both parents. This gives them the best chance to become the person they were truly meant to be so they don't have to worry their childhood away about their parents' break-up.

ADOLESCENTS AND TEENS: 12 TO 18 YEARS

Adolescence and the teenage years are difficult times for children as well as parents. Under the best of circumstances, parents need to be prepared for problems. Adolescents and teens can be anxious, idealistic, and highly sensitive about the opinions of their friends and often see the world in absolutes (all black and white, good or bad, no in between). During this stage of development, it is not uncommon for teenagers to reject their parents' rules and ideas.

The primary need for teens is to break away from parents and family and establish their own identity and self-image. Starting at age 12, they are more interested in classmates and friends than in the family. By age 14, most teens are embarrassed by their parents and may feel humiliated by a divorce. Their primary concern about a parental separation can be how it will affect their school and social activities. ***Don't take it personally that your teen would rather be with their friends than with you***, their parent. This is just another part of the natural developmental process and says your child is on track for their age. If, on the other hand, they would rather be with you than friends their own age, this may be a sign of emotional problems with your teen. If they are either too dependent on a parent, or feel responsible for a parent, it would not be normal or healthy for a teen's development, and could have serious consequences with regard to the individuation process and choices made in their future adult life, i.e., career, spouse, children. Many life choices may be affected.

It is important to remember when you are in the middle of a struggle with your teen that it is a ***natural process***, and that your teen is just trying to discover themselves and grow into the strong adult they will become someday. Also, try to remember when you went through the same kind of struggle with your parents; maybe over the same things. It is important to set limits with teens, but also allow them to make enough choices that will lead to increased self-esteem and growth.

Parents need to be aware that although teens may appear to be only concerned with themselves; they still care about what is happening with the family. They can be deeply affected by a sense of loss and a feeling that the family unit they have always known will never be the same. A teen's crisis may be very similar to the parental crisis, with feelings of depression, anxiety, anger and frustration.

Adolescents may be aware of some of the parental and grown-up issues but have no personal sense of reference to be able to deal with those issues. That is the reason that adolescents should also not be given the details about the separation or the divorce (it is only when children become adults, and even then only when it is helpful to their own situation, that negative details of a parental divorce should be disclosed to them.) Adolescents and teens may be extremely sensitive and un-accepting of parental behavior. They normally resist a new partner in the life of their parents and can make it very difficult for a parent to have or start a new relationship. Parents should be very patient and introduce the new person slowly to the children if they hope to have them accept that person in the long run.

Parental visits need to be structured to accommodate a teen's busy life. When caught in the middle of a conflict, teens often choose to end the relationship with one of the parents in an attempt to make their own life easier. This is not a good solution for either the teen or the parent and can have negative effects on the teen's important adult choices in the future (i.e. husband/wife, career, etc). For children to mature into healthy adulthood, they need to have a resolved relationship with both their parents.

If they truly understand the emotional price that a child pays, it is doubtful that any separated parent intends for their child to end up in an unresolved relationship with the other parent. Parents either don't know, or are just so caught in their own pain that they don't think about what it is like from their child's point of view.

Parent Education is an attempt to help parents stop to think about what it is like to see things from their children's point of view and how children see their parents' separation and divorce. The hope is that if parents do this, the outcome for their children will be better in the long run.

IMPORTANT ISSUES FOR ADOLESCENTS AND TEENS

- Support your child's relationship with the other parent
- Realize your teen's need to separate from both parents in order to become their own person.
- Do not take it personally when your teen would rather spend time with their friends than with you or family – remember it is their developmental task.
- High conflict between the parents can cause fear, poor school performance and behavioral problems at home and with peers.
- Give your teen permission to love both parents so that they can grow up with a healthy relationship with both parents and blossom into the beautiful person they were meant to become.

ETAPAS DE DESARROLLO **EFFECTOS A LOS NIÑOS CUANDO LOS PADRES ESTÁN SEPARADOS/DIVORCIADOS**

BEBÉS DE 0- 6 MESES:

Lo más importante para niños de esta edad es poder sentir confianza en la gente a su alrededor. El niño depende totalmente de otros para sobrevivir. Aunque no puede pensar, y no tiene vocabulario o memoria, puede sentir.

Lo único que el niño puede hacer es llorar. Este es su único idioma. Llorar si tiene hambre, está sucio, está enojado o asustado. A esta edad, si los niños sienten o escuchan gritos, peleas, portazos, no pueden identificar que está pasando pero si pueden sentir susto y angustia.

El niño necesita que lo acaricien, que lo aseguren con el tono de voz y el roce de la piel. Aunque no se pueden comunicar, entienden porque sienten su ambiente. Los padres deben responder a las necesidades del niño lo antes posible. Los niños chicos no saben cómo consolarse a sí mismos. Es necesario consolarlos con caricias y palabras cariñosas.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- A. Falta de interés en su alrededor.
- B. Problemas de indigestión, (colitis), llorando demasiado.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. A esta edad, no forje las separaciones.
- B. Si el niño llora, consuélalo.
- C. Más que nada, el niño necesita tener una rutina consistente, con los menos cambios posibles.
- D. El niño necesita ver a los dos padres lo más posible, sin más de dos días de ausencia.

ENTRE 6 A 18 MESES:

Para los niños de esta edad, lo más importante es aprender a comunicar sus deseos y responder a sus padres con sonrisas.

Ahora el niño ya puede involucrarse con el mundo a su alrededor. Tienen más memoria y más lenguaje, puede sonreír y dejar saber sus deseos.

Los niños a esta edad normalmente lloran al separarse de sus padres. Este comportamiento no es porque prefieren a un padre más que al otro. Es porque no les gustan las separaciones.

Antes de los tres años, los niños apenas tienen la capacidad de memoria. Un niño de 12 meses puede olvidarse de sus padres dentro de una semana. Es por esto que se recomienda contacto diario y frecuente entre el niño y sus dos padres.

Entre los 6 y 9 meses, el niño ya sabe la diferencia entre una persona conocida y un extraño. Si el niño nunca ha visto a uno de sus padres, hay que presentarlos suavemente y con tiempo.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- A. El niño no progresa en su desarrollo mental o físico.
- B. El niño no se muestra feliz de ver a sus padres.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Es importante no forzar la separación.
- B. Las visitas deben ser frecuentes y cortas.
- C. Si es posible, las visitas deben ser siempre a la misma hora y el mismo día.

ENTRE 18 MESES Y TRES AÑOS:

Los niños de esta edad batallan entre ser dependientes o independientes. Quieren hacer las cosas por sí mismo pero necesitan ayuda. Esta es la edad cuando tienen que aprender a usar el baño, vestirse y comer sin ayuda de los padres.

Ahora el niño está empezando a tener un sentido de sí mismo aparte de sus padres. Necesita sentir su independencia y que puede asistirse a sí mismo en lo que necesita (comer, limpiarse, etc.) sin la ayuda de sus padres.

A esta edad el niño puede consolarse a sí mismo mejor que antes, pero si llora, todavía necesita que alguien lo consuele.

A los tres años, el niño ya tiene memoria. Aun así, no debe de estar separado de la familia por más de una semana.

A esta edad el niño no tiene la capacidad intelectual para entender el significado de un divorcio o una separación. No se le puede explicar lo que está pasando. Hay que tener el cuidado de darle tiempo para que se acostumbre a tener casas apartes para sus padres.

También a esta edad los niños están empezando a entender el comportamiento correcto y saben que es el castigo. Si hacen algo malo, miran para ver si alguien los va a castigar.

Lo más difícil para niños de esta edad son los cambios. Les gusta la rutina, piden que uno les lea el mismo libro todos los días, por ejemplo.

No entienden la medida del tiempo y no saben que es el "mañana". Es importante tener un calendario a mano para que vean cuando estarán con uno u otro de sus padres.

A esta edad, los niños tratan de darles gusto a sus padres, y por eso es muy importante reconocer sus esfuerzos. A los 2-3 años, pasan por un periodo muy difícil, porque naturalmente se ponen rebeldes. Es importante hablar con ellos y explicarles las cosas para que se pongan de mejor ánimo. Hay que tener cuidado entre no quebrar su espíritu en el afán de conseguir que obedezcan.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- A. No se llevan bien con otros niños.
- B. Se muestra enojado o triste la mayor parte del tiempo.
- C. No duermen bien, lloran demasiado.
- D. Se enferman muy a menudo.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Es muy importante mantener una rutina consistente, con los menos cambios posibles.
- B. Los padres necesitan establecer los mismos castigos y reglas en cada casa.

IMPORTANTE: Aunque el niño pueda hablar, no sabe cómo identificar sus sentimientos. No puede decir lo que siente (susto, pena, rabia). Lo que hace es comportarse mal. Los padres necesitan saber la diferencia entre los comportamientos que se deben castigar y los que son para pedir ayuda o demostrar que están conmovidos.

ENTRE TRES Y SEIS AÑOS:

A esta edad, el niño tiene que aprender a entrar al mundo, salir fuera de su casa y entrar, por ejemplo, a la escuela. Para prepararlo, es necesario enseñarle las reglas del comportamiento. Por eso, los padres necesitan tener las mismas reglas en cada casa. Necesitan aprender a no meterse el dedo en la nariz, a decir gracias, a no pegar, a compartir sus juguetes, etc. Para hacer esto necesitan saber cómo controlar sus emociones.

Durante estas edades, lo más importante para los niños es saber cómo controlarse. Se supone que ya saben cómo comportarse, que es mal visto, mala educación o un comportamiento grosero.

A esta edad, los niños creen todo lo que se les dice (cuentos sobre el viejo pascuero, etc.). Es muy importante no hablar mal del otro padre o desearle mal al otro padre. Si el niño escucha que uno quiere herir al otro padre, lo creen como verdad.

El problema más difícil para los niños a esta edad es la ansiedad al salir del nido formado por su hogar y sus padres y entrar al mundo. Los niños a esta edad creen que todo es su "culpa". Están aprendiendo lo que es la culpa, lo cual se utiliza para que aprendan. A esta edad los niños pueden entender el concepto del tiempo y saben que quiere decir "mañana".

Si se les promete algo, hay que cumplir. ¡Ellos no se olvidan de nada! No entienden que el trabajo puede ser más importante que las visitas, todo lo toman como rechazo personal y piensan que los padres aman más al trabajo que a ellos.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- A. El niño se asusta demasiado
- B. El niño cambia (se ensucia, habla como bebe, etc.)

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Enseñar a los hijos sobre cuáles son las emociones y como controlarlas.
- B. Mantener una rutina consistente.

ENTRE 6 – 11 AÑOS:

Para los niños de más de 6 años de edad, lo más importante es aprender a reconocer los sentimientos propios, tanto como los de otra gente. Ya necesitan saber qué hacer si se sienten enojados o tristes y la diferencia entre estas emociones.

También aprenden a hacer amistades, lo cual requiere reconocer las reglas aceptables de comportamiento (no pegar, compartir los juguetes, etc.). Para mantener las amistades, necesitan poder reconocer lo que los otros sienten y respetar lo que los otros quieren.

Entre los 6 y 11 años, lo más importante para el niño es conocer a otra gente fuera de su familia. Para hacer esto, necesitan reconocer sus propios sentimientos tanto como las emociones de los otros.

La familia es sumamente importante para niños de esta edad. Necesitan sentir la seguridad del “nido” para poder salir de ahí y entrar al mundo. No entienden la separación entre los padres. Es muy importante que sepan que la familia sigue intacta aunque los padres se estén separando. Pueden aceptar que es una decisión de los padres y un problema de los padres en el cual ellos no participan.

Empiezan a poder pensar sobre conceptos abstractos, como la idea de Dios.

Los niños sienten un gran deseo de que los padres no se separen. Sienten que ellos no solo tienen la culpa, pero que los padres los pueden abandonar a ellos también. Sus lealtades no se dividen fácilmente, pero si quieren defender a uno de sus padres. Durante estos años es posible que un niño defienda a uno de sus padres, lo cual les hace mucho mal porque necesitan poder quererlos a los dos.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- A. Les va mal en la escuela.
- B. Se aíslan.
- C. Se enferman más de lo común.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Lo más importante es ayudar al niño a identificar y controlar sus emociones.
- B. Con el divorcio, sienten rechazo, tristeza y vergüenza.
- C. Es importante que los padres acompañen al niño en sus actividades.

ENTRE 11 – 12 AÑOS:

Esta edad puede ser muy difícil, tanto para el niño como para los padres. A esta edad los niños empiezan a resistir actividades con la familia, prefieren estar con sus amistades. Sus intereses pueden ser totalmente contrarios a los de la familia. Demuestran su independencia al hacer cosas que normalmente están prohibidas o que no son aceptables (desde robar hasta teñirse el pelo).

Esta puede ser una edad sumamente difícil si el adolescente se pone rebelde o empieza a usar alcohol o drogas. No deje de acudir a ayuda profesional durante estos años.

Durante un divorcio, los adolescentes juzgan a los padres y pueden confrontarlos en forma violenta, lo cual no se puede tolerar. Los dos padres deben presentarse unidos hacia el niño para que el sienta la autoridad de los padres. Lo más importante para los padres es tener las mismas reglas de comportamiento en las dos casas.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- a. Irritabilidad o depresión.
- b. Problemas en la escuela.
- c. Use de drogas o alcohol.
- d. Problemas con la ley.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Mantenerse unidos frente a las demandas del niño. Evitar el conflicto entre los padres.
- B. Mantener las mismas reglas sobre el comportamiento.
- C. Darle permiso al niño para amar a ambos padres.

ENTRE 12 –18 AÑOS:

A esta edad lo más difícil para los padres es que los niños empiezan a alejarse de la familia. Además, en el mejor de los casos, los niños de esta edad le faltan el respeto a los padres y los consideran una vergüenza con mucha facilidad. La separación de los padres añade aún más dificultades ya que ellos quieren juzgar a un padre.

Aunque esta edad los niños están curiosos sobre el sexo, no se les debe hablar de este tema en relación a la separación de los padres.

A esta edad los niños resisten que otra persona entre a la familia, por ejemplo, una nueva pareja para un padre.

Los niños de esta edad se preocupan del “qué dirán” y les gusta vestirse igual que sus amigos.

A esta edad, los niños critican a sus padres y normalmente elijen “odiar” a uno de ellos. Normalmente, cambian de opinión y después “odian” al otro.

SÍNTOMAS DE PROBLEMAS:

- a. Uso del alcohol o drogas.
- b. Hostilidad extrema.
- c. Problemas en la escuela.

SUGERENCIAS PARA LOS PADRES:

- A. Asegurar al niño que pueden amar a ambos padres.
- B. Asegurar al niño que los padres son los que toman las decisiones.
- C. Mantener las mismas reglas en cada casa y ser firmes si las quiebran.
- D. Si el niño rechaza a uno de sus padres, tratar en todo lo posible para arreglar la situación.