



RECORDAR

- Gran parte de nuestra teología se basa en Dios el Padre y el 80% de los niños en hogares rotos viven con mamá sola. Asegúrese de que su lenguaje no aleje a los niños de Dios al vincularlos con una imagen confusa de un padre.
- El divorcio roba a los niños la sensación de seguridad y protección. Los deja cuestionando su pertenencia. Nosotros, como cuerpo de Cristo, podemos ofrecerles un lugar seguro donde puedan estar. Invítelos a ese lugar incluso antes de que conozcan a Jesús, y sean la familia de Dios con ellos.
- Sus relaciones saludables pueden demostrar nuevas posibilidades para ellos. Recuérdeles que su futuro no necesita ser determinado por el pasado de su familia. Atrévete a invitarlos a que te miren, y vean lo que Dios puede hacer con las vidas que le son entregadas.

Aunque mi padre y mi madre me dejen, con todo, el SEÑOR me recogerá. Salmos 27:10



RECONOCER

- 1 de cada 3 jóvenes (de 10 a 14 años) vive en una familia monoparental, en una familia escalonada o sin sus padres.
- La ruptura familiar puede crear un gran obstáculo para que los jóvenes pasen. Los efectos varían, pero pueden incluir problemas de comportamiento, problemas de apego, temores de abandono, aceleración o ralentización de la maduración y una sensación agitada de seguridad. Las personas que provienen de hogares divorciados tienen un 70% más de probabilidades de sufrir ansiedad, preocupación y tensión.
- Algunas de las emociones que puede ver alrededor de la ruptura familiar son tristeza, ira, preocupación, confusión, culpa y, a veces, alivio. Para muchos jóvenes, el estrés de la ruptura familiar se manifiesta en sus cuerpos a través de dolores de cabeza continuos y otras preocupaciones de salud.
- Los adolescentes con padres divorciados tienen más probabilidades de participar en conductas de riesgo como la participación sexual, el consumo de alcohol y drogas y tienen más probabilidades de comenzar estos comportamientos antes que sus compañeros.



RESPUESTA

Debido a que el divorcio se ha vuelto tan común, olvidamos el gran impacto que puede tener en los jóvenes que lo atraviesan. Es posible que no actúen a causa de ello, pero no importa su edad, es probable que lidien con algunos sentimientos complejos y a menudo confusos durante años.

- **Traiga el tema** y hable sobre el hecho de que el divorcio puede afectar a las personas de muchas maneras. Hágalos saber que está bien no saber cómo se sienten y que pueden encontrarse experimentando una variedad de sentimientos con el tiempo.
- **Sea un oído atento y empático**, tenga cuidado de no tomar partido ni alimentar las emociones negativas que los jóvenes pueden expresar sobre uno o ambos padres. Concéntrese en normalizar sus emociones y explorar formas de manejarlas.
- **Ayúdelos a expresar su dolor** si la ruptura familiar es reciente. Muéstrelas a través del ejemplo cómo se ve expresar las emociones de una manera saludable y no embotellar las emociones negativas; piensen juntos en formas de dejar que el interior se sienta fuera.
- **Invítelos a confiar** a través de la comunidad. Debido a esta decepción significativa en sus padres y la pérdida de seguridad, los jóvenes pueden adoptar un fuerte sentido de independencia como una medida de autoprotección, al parecer no necesitan a nadie ni nada.
- **Sea consistente**. Sea un ejemplo de un adulto sano en el que se pueda confiar para que haga lo que ha dicho que hará.
- **Enséñeles** formas de sobrellevar el estrés. Los desafíos de la ruptura familiar pueden agregar estrés adicional a la ya estresante vida de un adolescente. Sea intencional en reconocer esta realidad y equiparlos con habilidades prácticas de manejo del estrés.



HOGARES ROTOS

ifetaams
resources



RECURSOS

andrewroot.org/tag/divorce/ - Excelentes artículos que analizan más profundamente los efectos del divorcio en el alma de una persona joven y cómo la iglesia y los trabajadores juveniles pueden responder. Viene de su libro, Hijos del divorcio: La pérdida de la familia como la pérdida del ser.

www.kidshelpphone.ca/ (búsqueda: divorcio) - Ayudar a los jóvenes a pensar en los sentimientos que están tratando en torno a la ruptura familiar y la custodia.

familieschange.ca - Un gran recurso para ayudar a los jóvenes y sus padres a navegar por las realidades de la ruptura familiar con información útil y conexiones a recursos en su provincia.