

Ruptura de pareja: cómo ayudar a los hijos

- Debéis tomar decisiones y actuar pensando en el **bienestar y necesidades** de vuestros/as hijos/as a largo plazo, no dejándoos llevar por las emociones de este momento de crisis. Si no os ponéis de acuerdo, podéis contar con la ayuda de un **mediador familiar**.
- Siempre hay que mantener a los/as hijos/as **al margen del conflicto de los adultos**. No es la separación/divorcio lo que va a afectar más negativamente a los/as niños/as, sino el nivel de conflicto entre sus padres.
- Vuestra **separación** es como **pareja**, pero **no como padres**: los padres y madres tienen que seguir ejerciendo sus funciones con sus hijos/as y **compartir responsabilidades en su crianza y educación**. Podéis recibir **orientación psicológica** para seguir ejerciendo una **coparentalidad positiva** con vuestros/as hijos/as tras la ruptura de pareja.

Si estáis pensando en separaros/divorciaros o ya lo habéis decidido y tenéis hijos/as menores de edad, desde el **Centro de Apoyo a las Familias 5** podemos orientaros y apoyaros a través de nuestro:

- Servicio de Asesoramiento Jurídico.
- Servicio de Atención Psicológica.
- Servicio de Mediación Familiar.

91.564.81.84
caf-5@madrid.es