

Divorce is tough, even on babies.

Help young children adjust using these recommendations.



Communicate

Do not wait until the last minute to talk to your child about divorce. Use simple terms to explain the change. Tell your child that they are loved and that they will be taken care of. Make sure your child knows the divorce was not their fault.

Respect

The love and loyalty a child feels for both parents helps their brain development. Don't try to break those feelings or make children choose sides. If you can't say something nice about the other parent, don't say anything. Tell other people you don't want your child to hear bad things about your ex.

Cooperate

If possible, use the same rules and routines in both households. This helps children feel safe. Professional mediators can help you work out the details. At the start of each day, tell your child what to expect, for example, who will pick them up and where they will sleep. Show up on time for pick-ups and drop-offs so your child doesn't get worried.

Divorcio es difícil, incluso para los bebés. Ayude a los niños pequeños a adaptarse siguiendo estas recomendaciones.



Comuníquese

No espere hasta el último minuto para hablar con su hijo sobre el divorcio. Utilice términos simples para explicar el cambio. Dígale a su hijo que lo ama y que ellos estarán bien cuidados. Asegúrese de que su hijo sepa que el divorcio no es culpa de él.

Respeto

El amor y la lealtad que un niño siente por ambos padres ayuda al desarrollo de su cerebro. No intente romper esos sentimientos ni hacer que los niños elijan bando. Si no puede decir algo agradable sobre el otro padre, no diga nada. Dígales a otras personas que usted no quiere que su hijo escuche cosas malas sobre su ex.

Coopere

Si es posible, use las mismas reglas y rutinas en ambos hogares. Esto ayuda a los niños a sentirse seguros. Los mediadores profesionales pueden ayudarlo a resolver los detalles. Al comienzo de cada día, dígale a su hijo que esperar, por ejemplo, quién los recogerá y dónde dormirán. Llegue a tiempo a las recogidas y devoluciones para que su hijo no se preocupe.