



# **El Tribunal Superior de Arizona del Condado de Yavapai**

**120 S. Cortez Street  
Prescott, AZ 86303**

**2840 N. Commonwealth Drive  
Camp Verde, AZ 86322**

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN PATERNA**

**Sección**

**A**

**TRIBUNAL SUPERIOR DEL CONDADO YAVAPAI  
PROGRAMA DE EDUCACIÓN PATERNA**

**Factores que Determinan el Ajuste de los Hijos Posterior al Divorcio**

**1) La Calidad de la Crianza**

- a. Esta se afecta comúnmente por el proceso de dolor asociado con el divorcio. Las cinco etapas del dolor: negación, enojo, depresión, transición, aceptación. Tanto los padres como los hijos experimentan un proceso de dolor en el divorcio. El dolor es un proceso individual y **TODAS** las personas tendrán que pasar por estas etapas a su propio ritmo.
- b. El proceso del dolor suele ser un ciclo: se pasa por todas las etapas más de una vez antes de llegar a la aceptación de largo plazo. El promedio de tiempo de este proceso en el divorcio es de dos años para los adultos y tres años para los hijos.

**2) El Grado de Exposición al Conflicto entre los Padres**

- a. El conflicto ocurre en un continuo y todas las relaciones implican algún grado de conflicto: es inevitable. Sin embargo, los niños son impactados negativamente cuando ven, escuchan o de otra manera experimentan el conflicto entre los padres. Los niños que experimentan violencia doméstica a largo plazo son los que reciben el impacto más severo.

**MANEJO DE LOS CONFLICTOS PARA LA CRIANZA COMPARTIDA**

- I. Diga cuál es el problema, no la solución.
- II. Juntas de negocios
  - a. Orden del día: un asunto; ¡comience con un asunto que usted crea que pueden resolver!
  - b. Escoja un lugar neutral conveniente para ambos
- III. Resuelva su carga emocional
  - a. A través del método de la burbuja, o
  - b. Cualquier técnica escrita
- IV. Utilice mensajes "Yo" – Yo me siento \_\_\_\_\_ cuándo \_\_\_\_\_.

**CONCESIÓN**

- V. Parafrasee: repita lo que usted cree que escuchó que el otro padre dijo y a lo que accedió.

**3) Sistema de Apoyo, Personas, Actividades, Organizaciones**

**4) Nivel de Ajuste Previo al Divorcio del Hijo Individual**

**5) Nivel de Ajuste del/los Padre(s) Posterior al Divorcio**

**6) Colocación**

## **PENSAMIENTOS QUE GUÍAN**

El divorcio tiene un efecto devastador en los hijos, pero no tiene que arruinarles sus vidas enteras.

Imagínese la graduación de preparatoria de su hijo, o su boda, o el nacimiento de su primer nieto. ¿Cómo quiere que se sientan sus hijos en esos días especiales de sus vidas? ¿Quiere que sientan amor y respeto por usted y por ellos mismos? ¿O quiere que se sientan confundidos y amargados porque eso es lo que han visto en sus padres?

La decisión está en sus manos. Aunque los padres se estén divorciando, no se están divorciando de sus hijos. Los hijos necesitan saber que serán amados y que no serán abandonados.

El regalo más grande que le puede dar a su hijo es el derecho de amar al otro padre. Cuando usted haga eso, abrirá una puerta en el corazón de su hijo que jamás se cerrará. Piense qué bien se sentirá cuando su hijo crezca y diga, "aunque tú y mi mamá (o papá) se divorciaron, con todo tuve una niñez feliz."

*NUESTROS MEJORES ESFUERZOS DEBEN SER INVERTIDOS EN NUESTROS HIJOS PORQUE ELLOS SON NUESTRO FUTURO.*

*DELES A SUS HIJOS EL DERECHO Y EL PRIVILEGIO DE AMAR A AMBOS PADRES. ELLOS LOS NECESITAN A LOS DOS Y LOS QUIEREN A LOS DOS. PERMITA QUE LOS TENGAN.*

# **DIRECTRICES PARA DETERMINAR LA IDONEIDAD DE LA RELACIÓN DE PADRE-HIJO**

*Las siguientes son directrices que se pueden utilizar para determinar si la interacción de padre-hijo es adecuada para promover el crecimiento y el desarrollo del hijo.*

1. Las expectativas del padre para el hijo son apropiadas para la edad y razonables.
2. El padre disfruta de su hijo y se complace con los comportamientos apropiados para la edad del hijo.
3. El padre es capaz de tolerar y entender el comportamiento negativo del hijo. Esta habilidad parental es necesaria dado que todos los hijos serán provocadores, se comportarán mal y pondrán a prueba a sus padres.
4. El padre puede pasar de ver al hijo principalmente cómo un objeto que satisface necesidades a verlo como una persona. Esto requiere respeto y empatía por la individualidad del hijo en lugar de verlo como una extensión de uno mismo.
5. El padre le permite al hijo tener relaciones significativas y gratificantes fuera del núcleo familiar.
6. El padre expresa afecto hacia el hijo de forma verbal y física. Esto puede ser en forma de elogio apropiado a la edad, apoyo o abrazo físico.

## **MÉTODOS SANOS PARA SUPERAR EL TRAUMA Y LOS SENTIMIENTOS**

1. Haga que los hijos identifiquen verbalmente – el enojo, la tristeza, la alegría, el temor. Enséñeles esto al hacerlo usted mismo y señalarles los sentimientos que ven en la televisión.
2. Dé validez a los sentimientos de sus hijos. Los sentimientos son buenos. Los sentimientos no son malos, incluso los de enojo y la tristeza. Lo que puede ser malo es cómo los manejemos.
3. Fomente la expresión de los sentimientos y muestre compasión por ellos. “Parece que te sientes enojado... ¿Se trata de.....?” No los trate de forzar a que se sientan mejor inmediatamente. Si no desean hablar con usted, pregunte por qué. Pregunte si están tratando de protegerlo a usted o si sienten que usted no puede soportar lo que ellos tengan que decir. Asegúreles que usted sí puede y que ellos le pueden decir cualquier cosa.
4. Enséñeles maneras saludables de expresión de los sentimientos. “No empujes a tu hermana. Sal y patear tu pelota de fútbol.” Puede que los niños necesiten desahogarse antes de que puedan hablar de ello.
5. Enséñeles a pedir ayuda. Construya redes que le ayuden a usted y a sus hijos: iglesia, clubs, maestros, amigos. Hablar de sus sentimientos realmente sí ayuda.
6. Enséñeles a sus hijos cómo consolarse cuando se sientan mal; a fortalecerse saliendo a caminar o imaginando su color favorito o algo que desean hacer en el futuro.
7. Si ustedes son una familia espiritual, trate de usar eso. Un ser más grande que tú nos cuida.
8. Enséñele a sus hijos a soltar y no retener resentimientos.

## **MANERAS DESTRUCTIVAS DE TRATAR CON UN TRAUMA Y LOS SENTIMIENTOS**

1. Avergonzarlos de sus sentimientos: “Ya madura.” “Sé hombre.” “No actúes como un bebé”.
2. Ignorar los sentimientos de sus hijos.
3. Criticar sus sentimientos: “No deberías sentirte así.” “Ese no es un sentimiento adecuado”
4. Enseñarles a sus hijos a guardar por dentro sus sentimientos y seguir adelante.
5. Actuar con bravuconería, actuar de modo pretencioso, dárselas de buena onda.
6. Inventar una crisis para llamar la atención: borracheras, uso indebido de estupefacientes.
7. No estar disponible emocionalmente para sus hijos: “Los alimento y los visto. ¿Acaso no es suficiente”?
8. Huir o quedarse con el papel de víctima o en el odio o la depresión.

# **DIRECTRICES PARA PADRES EN EL PROCESO DE DIVORCIO**

## **LO QUE NO DEBEN HACER**

1. No intente sacarles información a los hijos sobre el otro padre.
2. No intente controlar al otro padre.
3. No use a los hijos para enviar mensajes de aquí para allá.
4. No discuta frente a los hijos.
5. No hable sobre detalles de la manutención de los hijos.
6. No ponga a los hijos en la postura de tener que elegir lados.
7. No use a los hijos como instrumentos para lastimar al otro padre.

## **LO QUE DEBEN HACER**

1. De ser posible, hablen juntos con sus hijos sobre el divorcio
2. Contesten las preguntas de sus hijos de forma honesta evitando detalles innecesarios.
3. Asegúrenles a sus hijos que el divorcio no es culpa de ellos.
4. Díganles a los hijos que los quieren y que los van a cuidar.
5. Incluyan al otro padre en las actividades escolares y en otras actividades.
6. Alienten la relación entre sus hijos y el otro padre.
7. Sean constantes y puntuales al recoger y dejar a sus hijos.
8. Desarrollen un plan de crianza que funcione bien y que permita el acceso de los hijos a ambos padres.
9. Traten de evitar la cancelación de planes con sus hijos.
10. Establezcan dos hogares para sus hijos con dos padres totalmente involucrados.
11. Permitan que sus hijos tengan una relación cariñosa y satisfactoria con el otro padre.

From: S.M.I.L.E. Program Video: Listen to the Children

## **DERECHOS DE LOS PADRES**

*Como padre, usted tiene ciertos derechos. Al menos que un Juez se lo ordene, usted tiene los siguientes derechos:*

1. Usted tiene derecho a ser parte de la vida de sus hijos.
2. Usted tiene derecho a comunicarse con sus hijos por teléfono y por carta y a enviarles paquetes.
3. Usted tiene derecho a visitas habituales programadas o plazos de tiempo compartido con sus hijos.
4. Usted tiene derecho a tomar las decisiones por sus hijos cuando están con usted. Esto significa que, durante su tiempo programado con el niño, el cuidado del niño que usted elija depende de usted. También significa que usted decide cuáles personas van a compartir este tiempo con su hijo.
5. Usted tiene derecho a copias de los expedientes escolares y médicos de sus hijos. Esto se mencionará en el plan de crianza creado durante la mediación.
6. Usted tiene derecho a fijar las reglas en su propio hogar, tales como el horario de dormir, etc. Es mejor si los padres pueden armonizar las reglas lo más posible en ambos hogares. Pero cuando existen desacuerdos sobre los métodos de crianza, esto no siempre es posible. Los niños se ajustan a cosas diferentes en cada hogar, así como se ajustan a reglas diferentes en la escuela y en la casa.

## **DERECHOS DE LOS HIJOS**

1. Los hijos tienen derecho a ver y compartir tiempo con ambos padres.
2. Los hijos tienen derecho a llamar por teléfono o enviarle una carta a cualquiera de los dos padres.
3. Los hijos tienen derecho a sus propios sentimientos y a confiar a las personas lo que sienten.
4. Los hijos tienen derecho a no ser utilizados como mensajeros entre los dos padres.
5. Los hijos tienen derecho a amar a ambos padres.
6. Los hijos tienen derecho a no ser obligados a escoger entre los padres o en cuál de los dos hogares vivirán.

## **EXPLICACIÓN PARA EL DIVORCIO**

*Cuando estábamos casados, éramos felices. Y cuando tu naciste, éramos muy felices; eres una parte maravillosa de éste matrimonio.*

*Sin embargo, la vida tiene sus altas y bajas, sus puntos altos y sus puntos bajos. Como te has dado cuenta, hemos estado en un punto bajo por un buen tiempo. Tal vez te hayas dado cuenta de cómo no podemos coincidir en: \_\_\_\_\_ (un ejemplo sencillo, sin culpar).*

*Si ha buscado la ayuda de (pastor, consejero, etc.) explíqueles.*

*Pero nada ha funcionado y creemos que lo mejor para todos es que nos divorciemos.*

*Esto no es culpa tuya en ninguna forma. No es que tú hayas dicho o hecho algo o que no hayas dicho o no hayas hecho algo que haya causado esto de alguna forma. Esto es entre tu mamá/papá y yo.*

*Los dos te queremos y te cuidaremos siempre.*

*Después pregúnteles si tienen preguntas. Pregúnteles de forma selectiva de ser necesario; recuerde que no necesitan detalles que no sean apropiados para que ellos los conozcan. Contésteles con honestidad y sin culpar o hablar mal de nadie.*

*Si pueden hacer esto juntos, sería todavía mejor.*

## **VIOLENCIA DOMÉSTICA**

Si usted cree que se encuentra en una relación agresiva, ahora quizás sea el momento de pensar sobre qué medidas puede tomar para estar más seguro.

Cuando alguien con quien usted tiene una relación íntima utiliza fuerza física, violencia, amenazas, abuso emocional, hostigamiento o asedio para controlar su comportamiento, puede que esté cometiendo violencia doméstica.

Si usted ha sufrido violencia doméstica o la anticipa le sugerimos que llame al refugio local en **Prescott al (928) 445-4673**, o en **Camp Verde al (800) 930-7233**, de antemano para platicar y elaborar un plan de seguridad. Mientras tanto los siguientes son consejos de cómo se puede proteger usted durante una reacción violenta:

- 1. Aléjese o permanezca fuera de la cocina o de cualquier otro cuarto con armas.*
- 2. No entre a los cuartos que no tengan salidas, como el baño o el clóset.*
- 3. Si fuera posible, váyase a un cuarto que tenga salida y/o teléfono.*
- 4. Acuerde con sus hijos, amistades, y vecinos una palabra o señal de contraseña (hablando en código) para llamar a los policías.*
- 5. Marque el 911 o el número local de emergencia.*
- 6. Enséñeles a sus hijos a marcar el 911 si hay alguna emergencia.*
- 7. Utilice sus instintos.*