

### Categorías de crianza compartida

Cuando se trata de los tipos de crianza compartida, la mayoría de los padres se pueden poner en una de cinco categorías:

#### *Amigos perfectos*

Los Amigos Perfectos son padres divorciados que todavía viajan juntos, tal vez poseen un negocio juntos, y todavía son muy cercanos. Interactúan mucho y sus vidas siguen estando muy conectadas. Esto puede dar mensajes confusos a los niños.

#### *Colegas cooperativos*

Los Colegas Cooperativos son como los codirectores ejecutivos de una empresa. Se comunican a menudo y se interesan por el resultado de la vida de sus hijos. Este es un buen punto y la **mejor categoría en que los padres pueden estar**. Esa cooperación es muy, muy importante. Desde la perspectiva de un niño, si las mamás y los papás pueden estar presente y ser neutrales o algo cooperativos en público, eso reduce su ansiedad.

#### *Socios enojados*

Socios Enojados es un lugar común para la mayoría de los padres al principio cuando se divorcian. Su enojo dificulta su comunicación. A veces, el proceso del lado legal del divorcio empeora la ira y el dolor.

#### *Enemigos intensos*

Los Enemigos Intensos son las personas que realmente no hablan mucho, y cuando lo hacen, pelean. Constantemente, están atacando a la otra persona para lastimarla y vengarse de ella. Están realmente enojados, pero lo llevan a un nivel más profundo, en el sentido de que realmente quieren menospreciar a la otra persona.

#### *Dúos disueltos*

Los Dúos Disueltos se han dado la espalda el uno al otro. No hablan, no tienen ningún método de comunicación. Cuando los dúos disueltos no hablan, eso pone toda la responsabilidad de la comunicación en los hijos. Esto es lo peor que usted puede hacerle a un hijo después del divorcio.

### ¿Qué es lo MEJOR para su hijo?

La investigación muestra que lo que ayuda a los hijos a adaptarse a la vida después del divorcio, más que nada, es cuando las mamás y los papás pueden estar en la misma página y encontrar una manera de ser Colegas Cooperativos. Hágase estas preguntas: ¿Dónde estoy hoy? ¿Estoy enojado? ¿Estoy disparando dardos a la otra persona? ¿Estoy acabado? ¿Soy un padre como una pared de ladrillos? ¿Y entonces qué puedo hacer para empezar a adaptarme moviéndome hacia un Colega Cooperativo? Este puede ser un proceso difícil, pero tenga en cuenta que lo que más necesitan sus hijos es que mamá y papá cooperen para no ponerlos en medio de la guerra.

**Indicadores de crianza compartida saludable: una herramienta de evaluación para padres que comparten la custodia de los hijos**

JAY DAUGHTRY, MMFT | Maestría en Terapia Matrimonial y Familiar, cofundador, The Center for Modern Family Dynamics, y productor, "One Heart, Two Homes: Strategies for Co-parenting Children into a Positive Future."

TAMMY DAUGHTRY, MMFT | Maestría en Terapia Matrimonial y Familiar, cofundadora, The Center for Modern Family Dynamics; Author, Co-parenting Works! Helping Your Children Thrive After Divorce; fundadora, Co-Parenting International; Executive Producer, "One Heart, Two Homes: Strategies for Co-parenting Children into a Positive Future."

**Esta herramienta de evaluación ayudará a dar una idea a los padres y compartir los resultados que son ciertos para los hijos.**

**Participante:** Esta declaración es representativa de mi experiencia actual de crianza compartida. Me califico de 1-5 en mi experiencia actual de crianza compartida.

**1 = En lo absoluto 2 = Raramente 3 = Ocasionalmente 4 = A menudo 5 = Siempre**

- Doy a mis hijos la libertad de amar a ambos padres.
- I Creo que el bienestar de mi hijo se ve directamente afectado por la calidad de la relación que tengo con su otro padre.
- La transición entre nuestros hogares es fácil y positiva.
- Converso y manejo los asuntos financieros de manera racional con quien comparto la custodia de los hijos.
- Planeo intencionalmente los detalles de la Navidad y otras fiestas para minimizar el estrés de mis hijos. I make it possible for my children to love and maintain ties with both extended families.
- Hago posible que mis hijos amen y mantengan lazos con ambas familias extendidas.
- Disfruto estar en las funciones de mis hijos y estoy allí para apoyar la felicidad de mis hijos.
- Creo que cuanto más funcional sea mi relación con el otro padre, menos probable es que nuestros hijos participen en comportamientos de alto riesgo.
- Reconozco las etapas de desarrollo de mis hijos y les dejo disfrutar de su infancia.
- Me hago cargo de las responsabilidades como adulto y no presiono a los hijos para que hagan mi trabajo.
- Permito y animo a mis hijos a llevar ropa, juguetes y dispositivos electrónicos específicos entre sus hogares.
- Animo a mis hijos a tener fotos de su otro padre (y familia) en su habitación.
- Les digo a mis hijos que está bien hablar de lo mucho que extrañan al otro padre.
- Converso estrategias específicas de crianza con el otro padre con el objetivo de criar niños sanos.

- Hablo muy bien del otro padre a nuestros hijos, con al menos tres cumplidos específicos.
- Priorizo mi tiempo con los niños y estoy completamente comprometido y me concentro en ellos cuando estamos juntos.
- Me comunico regularmente con quien comparto la custodia de los hijos en reuniones o llamadas telefónicas planificadas.
- No me molesto cuando nuestro hijo busca al otro padre después de un juego o evento. No me lo tomo como algo personal.
- No permito ni utilizo a los niños para actuar como mensajeros o “intermediarios” en nada.
- Incorporo otros amigos y actividades en nuestras vidas para mejorar mi autocuidado y felicidad.
- Cuando ambos estamos presentes en el mismo evento, no usamos la oportunidad para hablar de asuntos familiares.
- Estoy trabajando con quien comparto la custodia de los hijos (y padrastros) para criar niños sanos y bien adaptados.
- Puedo ver una diferencia positiva en mis hijos como resultado de nuestros esfuerzos de crianza compartida.
- Sé por qué la crianza compartida es tan importante para el bienestar de mis hijos (e hijastros).
- Tiene sentido para mí que el bienestar de mis hijos/hijastros dependa de la relación con el (los) otro(s) padre(s) involucrado(s).

FECHA: \_      TOTAL DE PUNTOS

**NIÑO PRÓSPERO (96-120 puntos)**

Se maximiza la comprensión, lo que conduce a la aplicación intencional de estrategias saludables de comunicación y crianza compartida. El funcionamiento de la crianza es alto y el conflicto parental es bajo. Los hijos se están sintiendo más felices y mejor adaptados cada día. Su comportamiento y sus desafíos son típicos de otros niños de edad, raza y antecedentes socioeconómicos similares. Estos niños están prosperando emocional y físicamente en sus etapas de desarrollo, y los padres están haciendo el trabajo duro de la crianza compartida sin ponerlos en el medio.

**NIÑO EN DIFICULTADES (71-95 puntos)**

La comprensión y la aplicación son mínimas, pero la función de la crianza compartida se ve reforzada por la comunicación regular. Aumentar la calidad de la comunicación tendrá un efecto significativo en la reducción de la ansiedad de los niños. Todavía hay un alto nivel de “parentificación” que tiene lugar, así como un conflicto notable en los esfuerzos de crianza compartida en curso. Los niños están sufriendo debido a la exposición y participación en asuntos de adultos y no están preparados en su desarrollo para lidiar con esto. En pocas palabras, necesitan que los adultos hagan “cosas de padres” para que puedan ser niños.

**Continúa en la página siguiente**

**NIÑO ANGUSTIADO (0-71 puntos)**

La falta de comunicación, la falta de comprensión y la falta de aplicación están llevando a altos niveles de estrés en ambos hogares y altos niveles de ansiedad en los niños. Muy a menudo, estas condiciones conducen a la angustia emocional y producen comportamientos no deseados y poco saludables en los niños. Estas respuestas de “actuar” o abstinencia no son simples tácticas para llamar la atención, sino gritos de ayuda de corazones ansiosos y temerosos que no saben cómo procesar o expresar lo que están sintiendo. Estos niños están profundamente heridos debido a la falta de crianza compartida.

**MÁS INFORMACIÓN EN [WWW.COPARENTINGINTERNATIONAL.COM](http://WWW.COPARENTINGINTERNATIONAL.COM)**