



# EL TRABAJO MÁS IMPORTANTE

Información para padres de familias que viven separadas

Manual educativo de Carolina del Norte para  
padres

Abril de 2018

# Índice

## Página

3	¿Qué son el acceso y las visitas?
4	Papel del coordinador de acceso y visitas
5	Necesidades de los niños
6	Etapas del desarrollo
11	Consejos de comunicación
12	Conflicto
13	La crianza desde dos hogares
14	El bienestar
15	La crianza segura y efectiva
16	Estilos de crianza
17	Preguntas frecuentes
18	Recursos

Esta guía está diseñada para todas las parejas que tienen hijos, estén legalmente casados o no.

Los problemas que se tratan y las ideas que se proponen aplican a padres que no vivirán juntos pero que necesitan encontrar una manera de compartir a sus hijos. Tome en cuenta que usted, su situación y sus hijos son únicos, por lo que no todo lo que se describe en este manual podrá aplicar a su situación particular. Tendrá que escoger la información apropiada para usted, sus hijos y su situación. Esperamos que la información y las ideas presentadas en este manual le ayuden en su situación y faciliten las cosas para usted y sus hijos.

**La información incluida en este manual solo es para fines educativos. Si tiene preguntas jurídicas sobre la custodia, consulte con un abogado. Si tiene preguntas sobre el desarrollo infantil o sobre educación para padres, contacte a un profesional especializado.**

## ¿Qué son el acceso y las visitas?

El Programa de acceso y visitas es un recurso para que los padres que no tienen custodia busquen acceso a sus hijos y convivan con ellos. Los coordinadores de acceso y visitas trabajan directamente con los padres que no tienen custodia y que quieren convivir con sus hijos o convivir más con ellos. Los coordinadores ayudan a los padres que no tienen custodia a eliminar los obstáculos que no los dejan convivir con sus hijos.

**La custodia legal** es el cuidado, el control y la manutención de un menor otorgados por un tribunal a un pariente, a menudo el padre o la madre, en un proceso de divorcio o separación.

**La custodia física** es el derecho de que un menor viva con la persona a la que el tribunal otorgó la custodia. En Carolina del Norte, uno de los padres puede tener la custodia legal (la capacidad de tomar decisiones con respecto a la escuela, la atención médica, etc.) pero no tener la custodia física (la capacidad de pasar tiempo con el menor o cuidar de él).

**Las visitas** se refieren a un periodo de acceso que tiene un padre sin custodia al menor. La responsabilidad y el control del menor se definen por un plazo determinado y limitado.

Para efectos de este programa, un padre sin custodia se define como el padre o la madre que no tiene la custodia física de su hijo o el padre o la madre que no tiene tanta custodia física (es decir, visitas) como desearía.

**El propósito del Programa de acceso y visitas** es aumentar el acceso de los padres sin custodia a sus hijos, mejorar la calidad de la relación entre el padre/madre y el hijo y ampliar la gama de servicios de apoyo así como su disponibilidad para las familias, los padres y los niños.

**La población objetivo** del Programa de acceso y visitas son los padres o madres sin custodia que están enfrentándose a barreras para tener acceso a sus hijos y poder convivir con ellos. El programa busca dar asistencia a los padres sin custodia que ya tienen establecidas órdenes judiciales de visitas y custodia y de manutención infantil, así como aquellos padres que no tienen órdenes judiciales de visitas, custodia o manutención.

## **Papel del coordinador de acceso y visitas**

Los coordinadores de acceso y visitas identifican los problemas subyacentes que están creando barreras para que los padres sin custodia tengan acceso a sus hijos y puedan convivir con ellos. También dan apoyo para que los padres sin custodia tengan acceso a sus hijos y lo facilitan por medio de remisiones a agencias de servicio social, al ofrecer ayuda con servicios de mediación (comunitarios o por medio del tribunal a través del Programa de mediación de custodia de niños y visitas), asesoría, educación para padres y servicios para hacer cumplir los regímenes de visita.

Al trabajar con los padres sin custodia, el coordinador de acceso y visitas evalúa las necesidades de los padres y los pone en contacto con servicios en la comunidad tales como servicios de vivienda, atención médica, ayuda económica, mediación, clases de crianza, grupos de apoyo, centros de visitas supervisadas y asesoría laboral.

Cuando uno de los padres siempre ha ejercido la custodia física, es posible que el padre sin custodia cuente con recursos escasos o nulos, para ayudarlo/la a conseguir visitas con sus hijos aparte de interponer una demanda en el tribunal, lo que muchos padres sin custodia no pueden costear. La ayuda que proporciona el coordinador de acceso y derechos de visita es de gran valor ya que a menudo es el único servicio disponible para ayudar a los padres a negociar un acuerdo mutuo o a entender el proceso para obtener una orden judicial para definir la forma en que ambos padres van a participar en la crianza de sus hijos.

### **Ejercicio 1**

¿Qué es lo que más desea para sus hijos?

- ¿En este momento?
- ¿En cinco años?
- ¿Cuando sean adultos?

## **Necesidades de los niños**

Como padres que están pasando por una mediación de custodia, a menudo nos centramos más en la cantidad de tiempo, mientras que los niños se centran más en la calidad de las experiencias.

Los padres se centran en la conexión individual con sus hijos, mientras que los niños quieren una conexión con tantas personas cariñosas como puedan.

Los niños necesitan sentir

1. que están seguros
2. que son aceptados
3. que su situación es estable

## **Etapas del desarrollo de los niños**

Estas directrices se han desarrollado con base en el libro *Children of Divorce* de Mitchell A. Baris y Carla B. Garrity. Esta información puede ser útil al preparar un plan de crianza que tome en cuenta la etapa del desarrollo en que se encuentra su hijo. Sin embargo, cada familia y cada niño son distintos. Las decisiones particulares sobre sus hijos deben tomarse según lo que usted entiende que es mejor para ellos. Lo alentamos a consultar con un experto en desarrollo infantil en caso de tener más preguntas relacionadas con el desarrollo emocional de sus hijos.

### **Del nacimiento a los 2 años y medio**

#### **Tareas del desarrollo**

##### **Infantes**

- Aprender a confiar en los demás y a sentirse seguros
- Desarrollar apego con las personas que los cuidan para que más adelante puedan desarrollar apego con otras personas

##### **Niños pequeños**

- Empezar a desarrollar un sentido de independencia
- Ser cada vez más conscientes de que son una persona distinta de la que los cuida
- Desarrollar el uso del idioma y empezar a gatear o caminar

- Tener cada vez mejor habilidad y mayor necesidad de encontrar consuelo en otras personas y objetos como osos de peluche o mantas

### **Con sus padres en hogares distintos, los niños pueden**

- Sentir una pérdida de contacto con sus cuidadores
- Sentirse incómodos en un entorno nuevo

### **Cuando sus padres pelean, los niños pueden**

- Portarse mal o presentar síntomas de regresión (volver a tener comportamientos que tenían cuando eran más pequeños)
- Presentar síntomas de inseguridad y ansiedad por separación que les podrían afectar en etapas del desarrollo posteriores
- Tener dificultad para confiar en sus padres y otras personas y apegarse normalmente a ellos

## **De los 2 años y medio a los 5 años**

### **Tareas del desarrollo**

- Seguir desarrollando un sentido de auto-consciencia
- Desarrollar la capacidad de pensar en los padres cuando no están con ellos
- Desarrollar habilidades sólidas de comunicación verbal para poder expresar sus necesidades
- Usar el baño y desarrollar la capacidad de asearse
- Desarrollar habilidades para controlar sus emociones

### **Con sus padres en lugares distintos, los niños pueden**

- Imaginar que son responsables de la separación de sus padres
- Imaginar que tienen la capacidad de hacer que sus padres vuelvan si se portan bien
- Sentir ansiedad por no saber si los cuidarán bien
- Sentir ansiedad al ir de la casa de uno de los padres a la del otro si no hay confianza ni seguridad emocional

### **Cuando sus padres pelean, los niños pueden**

- Perder el dominio de tareas del desarrollo anteriormente logrado, lo que puede complicar las etapas actuales y futuras del desarrollo

- Sentirse abandonados, lo que puede resultar en tristeza, inseguridad, y una baja autoestima o puede interferir con etapas del desarrollo actuales

### **De los 6 a los 8 años**

#### **Tareas del desarrollo**

- Forjar amistades y relaciones además del núcleo familiar
- Aprender la diferencia entre lo que está bien y lo que está mal
- Aprender a preocuparse por la gente y sortear sus deseos y necesidades ante los de los demás
- Aprender a tener más confianza en sí mismos

#### **Con sus padres en lugares distintos, los niños pueden**

- Lidar con tristeza, ira y ansiedad por el hecho de que sus padres ya no están juntos
- Culparse a sí mismos por la separación de sus padres y llegar a pensar que tienen que encontrar la forma de reunirlos
- Tener miedo a perder a alguno de sus padres, lo que puede provocar ansiedad

#### **Cuando sus padres pelean, los niños pueden**

- Tener un bajo rendimiento académico
- Sufrir de depresión a largo plazo
- Estar obsesionados con que sus padres ya no están juntos
- Soñar con la reunificación de sus padres

### **De los 9 a los 12 años**

#### **Tareas del desarrollo**

- Seguir el desarrollo académico y de preparación para la vida
- Desarrollar un sentido más agudo de capacidades
- Desarrollar relaciones con otros niños con base en intereses y niveles de capacidad similares
- Empezar a relacionarse con el mundo más allá de la familia y a identificarse con personas que no son miembros de su familia más cercana

#### **Con sus padres en lugares distintos, los niños pueden**

- Sentirse protectores de su padre o madre, o de los dos

- Culpar a su padre o madre, o a ambos
- Exigir que les expliquen los problemas de los adultos, así como querer tomar parte en la resolución de los problemas de los adultos
- Estar conscientes de su propio dolor e ira, que pueden expresar intensamente
- Sentir vergüenza por la separación de sus padres

### **Cuando sus padres pelean, los niños pueden**

- Tener un bajo rendimiento académico
- Mentir o tener comportamientos engañosos
- Crear una fuerte alianza con uno de los padres en contra del otro
- Sentirse solos, deprimidos y con una baja autoestima

### **De los 13 a los 18 años**

#### **Tareas del desarrollo**

- Desarrollar su propia identidad que puede ser similar o no a la de otros miembros de la familia
- Sentir la pérdida de la simplicidad y dependencia de la infancia
- Desarrollar sentimientos sexuales y aprender a manejarlos
- Lograr entender lo que la sociedad espera de ellos

### **Con sus padres en lugares distintos, los niños pueden**

- Desear independencia de su familia antes de estar listos
- Rechazar a uno de los padres o a ambos
- Sentir vergüenza por la separación de sus padres
- Sentir angustia porque sus padres están saliendo con alguien y relacionándose sexualmente con nuevas parejas
- Reemplazar a los padres al ser fieles a sus compañeros

### **Cuando sus padres pelean, los niños pueden**

- Atrasarse en empezar su desarrollo como adolescentes
- Tener comportamientos negativos relativos al consumo de drogas, alcohol o al sexo
- Unirse a pandillas o grupos nada saludables para lograr sentirse parte de algo

- Dudar de su propia capacidad de lograr buenas relaciones
- Dar demasiada importancia a las relaciones con sus compañeros o alejarse por completo de ellas

## Consejos de comunicación

1. Encuentre maneras específicas de compartir información sobre sus hijos sin conflicto.
2. Cada uno deje claro qué información le gustaría tener y cuándo la compartirán.

Por ejemplo:

- información sobre salud - noticias, inquietudes, necesidades
  - escuela – logros, eventos, desafíos
  - hábitos, pasatiempos, amigos, intereses
3. Comuníquese directamente con la otra parte, no por medio de su hijo.
    - Los niños sienten presión por recordar el mensaje.
    - Los niños sufren el impacto de la reacción al mensaje.

**La comunicación directa** no tiene que ser en persona ni por teléfono.

Si estos métodos llevan a pleitos, encuentre formas de compartir información, pero que no sea por medio de sus hijos. Los correos electrónicos periódicos, los calendarios familiares compartidos y los diarios de información de crianza son herramientas que pueden ayudarle a comunicarse.

## Ejercicio 2

Enumere cinco cosas que le gustaría que sus hijos aprendieran al observarlo.

## Conflicto

El conflicto entre los padres puede ser aterrador. Los niños aprenden sobre el manejo de conflictos al observar a otros y necesitan al menos que uno de los padres esté tranquilo. El conflicto tiene repercusiones tanto en usted como en sus hijos. ¿En verdad quiere pasar los siguientes 10 o 20 años peleando con su ex pareja? Aunque algunos padres pueden creer que es imposible evitar el conflicto o que es culpa del otro de los padres, es esencial que se tomen medidas para proteger a los niños y mantenerlos fuera del conflicto entre los padres.

### Casos en los que los niños pueden terminar en medio del conflicto entre los padres:

- cuando los usan como mensajeros o informantes para contarle a alguno de los padres sobre la vida personal y la casa del otro de los padres
- al escuchar comentarios negativos sobre uno de los padres del otro padre o de algún miembro de la familia
- cuando les dan demasiados detalles o información inapropiada sobre problemas entre adultos de una manera que culpe al otro de los padres (Ejemplo: que la razón de la separación sean las relaciones extramaritales de uno de los padres.)
- cuando uno de los padres los usan para llevar el cheque de manutención o dar mensajes de por qué el cheque llegó tarde

Los niños se sienten incómodos cuando uno de sus padres les pide que lleven un mensaje negativo al otro o que respondan preguntas sobre el otro y sobre lo que está pasando en su casa. Cuando los padres se niegan a comunicarse y les piden a los niños que den un mensaje negativo, ponen a los niños en una situación imposible porque quieren el amor y la aprobación de sus dos padres. Los niños no quieren ser el espía y no deberían ser castigados por no dar un mensaje, especialmente si es negativo, o por no contestar preguntas sobre la casa del otro de los padres.

### Ejercicio 3

- Enumere algunos de los ejemplos en el video de orientación sobre el impacto que tiene el conflicto en los niños.
- ¿Cómo quiere que sus hijos manejen el conflicto cuando sean adultos?
- ¿Qué comportamiento(s) puede adoptar ahora para ser un ejemplo para ellos?

## **Criar desde dos hogares**

Solo debería haber un objetivo para compartir las vidas de sus hijos, y aplica independientemente de si usted vive con el padre/madre de sus hijos, de si están separados, divorciados o de si nunca han vivido juntos.

### **Cooperen entre ustedes al tomar decisiones sensatas de crianza para sus hijos.**

Las personas que tienen hijos en común no siempre están de acuerdo sobre la mejor manera de criar, enseñar y disciplinar a sus hijos. No es raro que los padres tengan desacuerdos de vez en cuando. Entender de qué manera afectan estos desacuerdos a los niños y aprender métodos para minimizar o eliminar los conflictos son verdaderos regalos que los padres pueden dar a sus hijos. La cooperación requiere de la disposición y capacidad de trabajar juntos.

### **Hechos**

- La tasa de divorcio del primer matrimonio en los Estados Unidos es del 40 al 50 %.
- La tasa de divorcio del segundo y tercer matrimonio es del 67 al 74 %.
- El 33 % de todos los padres solteros nunca se ha casado.
- La probabilidad de que la primera cohabitación de una pareja termine está entre el 39 y el 49 %.
- Los niños se ven gravemente afectados por la separación o el divorcio de sus padres.
- Las familias de padres solteros tienen cinco veces más probabilidad de vivir al nivel de pobreza nacional, o por debajo de este, que las parejas casadas.
- Los niños que no tienen a sus dos padres en su vida corren un mayor riesgo de vivir en la pobreza, presentar trastornos del comportamiento, embarazarse, consumir drogas o alcohol, escaparse, abandonar sus estudios, participar en actividades delictivas y suicidarse.
- A menudo, los niños piensan que sus padres se divorciaron por su culpa.
- Los niños pueden desear que sus padres vuelvan durante años después de su divorcio.
- Los niños quieren que sus padres dejen de pelear.
- El conflicto entre los padres es lo que más frecuentemente destroza la felicidad de la infancia.
- Los padres que comparten responsabilidades de crianza educan hijos más sanos.

## Bienestar

Es importante que se cuide emocional y físicamente para que pueda cuidar bien de sus hijos y educarlos de forma efectiva. La crianza puede provocar estrés. Tomarse tiempo para usted no es ser egoísta; necesita estar relajado(a), descansado(a) y tener un equilibrio emocional para poder atender las necesidades que conlleva el ser padre/madre de sus hijos. Cuando un padre sufre de estrés y no tiene forma de relajarse, puede terminar descargando ese estrés y ansiedad en los niños.

Evite consumir alcohol o drogas para lidiar con el estrés. Hay otras maneras de reducir el estrés como el ejercicio, el descanso, una dieta balanceada y apoyo de sus amigos, familia, grupos de apoyo y de sus creencias espirituales.

Considere buscar ayuda profesional si se queda "atorado" en el enojo o la depresión. Buscar ayuda es una señal de fortaleza no de debilidad. A continuación, mencionamos algunos ejemplos de cuándo es bueno buscar ayuda profesional:

- Un problema, comportamiento o estado de ánimo negativo se vuelve crónico en vez de periódico y no mejora con el tiempo.
- Se siente incapaz de lidiar con la situación e indefenso y desesperado.
- Su capacidad de ser eficaz en casa y en el trabajo se ve reducida.

## Ejercicio 4

Haga una lista de algunas formas en las que puede reaccionar que serían útiles para el bienestar de sus hijos a largo plazo.

### Crianza segura y efectiva

Maltratar a una pareja o a su expareja, que abarca toda forma de violencia o abuso, es **INCOMPATIBLE** con educar a los niños de manera responsable.

Exponer a los niños a la violencia les hace daño. Los niños necesitan que sus padres se traten con respeto y que no sean abusivos en términos verbales, físicos ni emocionales.

Prevenir la violencia es responsabilidad del padre/madre que recurra a ella y no de la víctima.

Los niños necesitan ver a sus padres aceptar responsabilidad por sus acciones y no culpar al otro de su comportamiento, y especialmente no ver que culpen a alguno de los hijos.

Los niños necesitan que los padres se escuchen entre ellos incluso cuando están enojados, ya que no deben usar la ira como excusa para insultar, menospreciar o intimidar al otro padre.

Los niños necesitan que sus padres asuman la misma responsabilidad de su cuidado y apoyo.

**Recuerde, su seguridad y la de sus hijos es primero. Si su familia ha sufrido de violencia, diga a sus hijos que la violencia NUNCA está bien y asegúreles que la violencia no es su culpa. Tenga preparado un plan de acción para ponerse seguros en caso de que haya violencia o una amenaza de violencia.**

## **Estilos de crianza**

### **Crianza en paralelo**

En casos de violencia intrafamiliar y de alto nivel de conflicto, puede ser mejor utilizar la crianza en paralelo. En este tipo de casos no es apropiado aplicar la crianza conjunta. La crianza en paralelo mantiene separados a los padres y cierto grado de seguridad. Permite que cada uno de los padres siga teniendo una parte activa en las vidas de los niños al tiempo que se reducen las oportunidades de conflicto.

#### **Consejos para la crianza en paralelo:**

La crianza en paralelo permite a los padres comunicarse por correo electrónico, una libreta de notas de crianza o un tercero para informar uno al otro sobre los asuntos relacionados con sus hijos.

- Adopte una relación profesional.
- Céntrese en el presente, NO en el pasado.
- Que su foco principal siempre sea el interés superior de sus hijos.
- Solo se debe recurrir a llamadas por teléfono en casos de emergencia y debe asegurarse de que los niños no puedan oír.
- ¡NO use a sus hijos de mensajeros!

## **Crianza conjunta**

La crianza conjunta funciona cuando los padres pueden hablar entre sí sin pelear y hay bajos niveles de conflicto. Ambos padres pueden llegar a acuerdos y ser flexibles.

### **Consejos para la crianza conjunta**

- Sea profesional cuando hable con el otro padre.
- Manténgase tranquilo, sea cortés y respetuoso.
- Sea educado incluso cuando el otro padre esté actuando de forma negativa.
- Haga una lista de asuntos de los que hablar y apéguese a esta.
- Sea específico cuando hable de planes, horarios y solicitudes.
- Cuide su tono.

## **Preguntas frecuentes**

### **¿Cuáles son mis derechos como padre/madre sin custodia?**

La ley creada por la Asamblea Legislativa establece ciertos derechos para los padres. Solo un abogado puede escuchar los hechos sobre su familia y asesorarlo sobre sus derechos jurídicos como padre/madre. Si los padres u otras personas que cuidan de los niños están en desacuerdo en cuanto a sus derechos legales sobre un menor, hay muchas formas de resolver el desacuerdo extrajudicialmente o interponiendo una demanda ante el tribunal. En este último caso, normalmente se da a las partes la oportunidad de resolver su desacuerdo en la mediación; de no llegar a un acuerdo en la mediación, un juez de distrito será el que decidirá.

### **¿Se deben pagar costas para interponer una demanda y/o presentar una petición de visitas?**

Sí, hay costas para interponer una demanda de custodia o visitas. No hay costas para presentar una petición en un caso ya abierto. Tome en cuenta que solo un abogado podrá asesorarle si es apropiado en su situación presentar una petición o no. Las costas son las mismas en todos los tribunales del estado. Estas costas las fija la Asamblea Legislativa, así que cambian a menudo. Si no puede costear los gastos para interponer una demanda, puede llenar una Solicitud para demandar / apelar con privilegio de pobreza (AOC-G-106) y llevar este formulario al secretario del Tribunal Superior, quien decidirá si cuenta con los requisitos para que no pague las costas.

## **¿Qué pasará después de que interponga una demanda de custodia / visitas?**

En muchos tribunales, es posible que le exijan que asista a una clase de educación para padres, orientación sobre mediación y mediación de custodia. La sesión educativa y la mediación de custodia normalmente se realizan el mismo día y duran de 2 a 3 horas. En la orientación de mediación sobre custodia, el mediador explica el proceso de mediación y puede darle una fecha para su sesión.

## **¿Qué pasa si interpongo una demanda de visitas y el padre con custodia no asiste a la sesión de educación?**

La respuesta depende de la regla del tribunal local sobre asistir a la educación para padres. Una práctica común cuando el padre con custodia no asiste a la primera orientación de mediación / sesión de educación para padres es que el tribunal envíe una segunda notificación ordenándole que asista. Si no asiste después de la segunda notificación, se le puede ordenar que vengan al tribunal a explicarle al juez la razón por la que no asistió a las sesiones y el juez decide qué hacer.

## **Recursos**

### **Programa de acceso y visitas de Carolina del Norte**

919-890-1211

[www.nccourts.gov/programs/access-and-visitation-program](http://www.nccourts.gov/programs/access-and-visitation-program)

### **Servicios de remisión de abogados de Carolina del Norte**

800-662-7660

[www.ncbar.org/public/lrs](http://www.ncbar.org/public/lrs)

### **Asistencia jurídica gratuita de Carolina del Norte**

866-219-5262

[www.legalaidnc.org](http://www.legalaidnc.org)

## **Iniciativa Nacional de Paternidad**

[www.fatherhood.org](http://www.fatherhood.org)

## **LawHelpNC.org**

*Una guía a asistencia legal gratuita y de bajo costo*

[www.lawhelpnc.org](http://www.lawhelpnc.org)

## **Abogados por la justicia de Carolina del Norte**

Información jurídica gratuita por teléfono o correo electrónico

800-688-1413

[www.ncfreelegalhelp.org](http://www.ncfreelegalhelp.org)