

vida en una
LICUADORA



guía para
padres



El folleto *Vida en una Licuadora* fue diseñado con dos propósitos. Primero, queremos guiar a tu niño o adolescente hacia una comprensión saludable de su familia reconstituida y las emociones que acompañan esa realidad. Esperamos brindarle a usted y a su hijo un lenguaje común para describir sus experiencias y poder entenderse mutuamente. En segundo lugar, queremos normalizar las emociones que a veces son peligrosas para la integración de la familia reconstituida. Las emociones de culpa o tristeza en los niños pueden dificultar la aceptación de la familia y los nuevos miembros de ella. Normalizar estos sentimientos y proporcionar orientación sobre cómo manejarlos será útil tanto para ustedes como para ellos. Sus hijos necesitan poder compartir estas emociones difíciles con ustedes sin temer su reacción. Saber cómo responder es crítico; sus hijos necesitan saber que están seguros cuando hablan con ustedes acerca de la familia.



Por lo tanto, sugerimos que usen este folleto como tema de conversación, no como un “obligación de felicidad”. Prácticamente esto significa tener una postura abierta cuando hablen con sus hijos sobre el contenido. Muestran un interés genuino en sus respuestas y tengan cuidado de no presentar una actitud defensiva. Los padres que usan el método del “obligación de felicidad” hacen preguntas pero luego discrepan con las respuestas de sus hijos. El enfoque de los padres es la armonía familiar, que no es una mala meta, pero se vuelve negativa cuando los padres intentan argumentar al niño hacia la felicidad. “Realmente no te sientes así; solo piensas que así te sientes. ¿Pero en realidad no quieres sentirte de ésta manera?” Este enfoque nunca gana influencia. De hecho, lo sabotea. En cambio, escucha con el corazón y una mente abierta. Tu objetivo es escuchar a tu hijo, conectarte con su corazón y afirmar tu amor. Así es como ganas influencia.



Paso

1

Antes de darle el folleto a los hijos, tanto el pariente biológico como el padrastro/a deben leerlo. Al leerlo, pónganse en la situación del niño. Intenten comprender y sentir la vida desde el punto de vista de su hijo. (NOTA:

Debido a que los niños en familias reconstituidas tienen una variedad de pérdidas, no todo en este folleto aplicará a su hijo o hija.)

Paso

2

Hablen juntos como pareja acerca de quién le dará el folleto al niño y luego hagan seguimiento con otra conversación. Si ambos sienten que su relación con el niño es lo suficientemente fuerte como para entablar

un diálogo sobre el folleto, tengan toda la libertad de hacerlo. Sin embargo, si uno de ustedes está aprensivo, juegue a lo seguro y deje que el padre biológico tenga una conversación de uno a uno. El objetivo es la seguridad del niño de manera que comparta sus emociones y busque orientación. Si el niño no se abre con los dos, deje que el padre biológico lo haga solo. Una conversación segura hoy puede abrir la puerta para que el padrastro se involucre en una

conversación posterior. Finalmente, si tienes una conversación a solas, comienza el diálogo diciéndole a tu hijo que te reservas el derecho de compartir lo que se diga con el padrastro. Que no comunicarás cosas que el niño debe compartir directamente con el padrastro, ni guardarás secretos.

Paso Pásale el folleto a tu hijo y pídele que lo lea. Comenta: “Me **3** pregunto cuán bien este folleto describe cómo te sientes o te sentías acerca de nuestra familia. ¿Podrías hacerme el favor de revisarlo? Tardará unos quince minutos. Te lo mencionaré el... [fecha / hora] para ver qué piensas”.

Paso Conversa con el niño en el día designado. Haz una **4** pregunta abierta y luego deje de hablar: “Tengo curiosidad, ¿con qué partes del folleto puedes relacionarse?” Espere pacientemente una respuesta. No intentes sugerir

emociones para que el niño comience, solo escucha. Una vez que él o ella comparta algo, responde con “Cuéntame más sobre eso” o “¿Cómo es eso para ti?”

Solo si es necesario, hazle preguntas específicas para aprender más sobre algún aspecto en particular (consulta las preguntas opcionales en la página siguiente), pero no presione demasiado a su hijo si no se muestra abierto a hablar. Recuerda, tu objetivo es crear un ambiente seguro para que tu hijo sea abierto con sus emociones acerca de la familia. Para aprender más acerca de esto, sugerimos que leas el artículo [*El tira y afloja de la lealtad.*](#)

Para concluir la conversación, agradece a tu hijo o adolescente por compartir contigo. Pregúntale si hay algo que él o ella piensa que ustedes dos deberían compartir con otro miembro de la familia; y si es así, decidan cómo hacerlo. Oren acerca de su conversación y dile a tu hijo que esperas continuar hablando abiertamente en el futuro.



Aquí tienes una lista de preguntas opcionales basadas en secciones del folleto.

- **Página 1** - Saber que la mayoría de las familias del Antiguo Testamento eran familias reconstituidas, ¿Eso hace una diferencia para ti?
- **Página 3** - ¿Cómo crees que se sintió Ismael después de que su madrastra intentó alejarlo de su padre? ¿Cuándo te sientes no deseado o desconectado de los miembros de la familia que amas?
- **Página 4** - ¿Cómo te sientes cuando no te llevas bien con tus hermanastros?
- **Página 10** - ¿Cómo te sientes cuando yo u otros (otro padre biológico, padrastro o juez) toman decisiones que cambien cuánto tiempo puedes tener con las personas que amas?
- **Página 10** - Antes de pedirte que compartas una o dos de tus pérdidas, ¿te importa si comparto algunas de las mías? Las cosas que me causan tristeza incluyen... ¿Qué cosas te hacen triste?
- **Página 11** - Leamos de nuevo lo que John, Susan y Randy dijeron que temían que sucediera en su familia. ¿A ti te preocupan estas cosas?

- **Página 13** - ¿Qué situaciones hay en nuestro hogar que te hacen sentirte culpable?
- **Página 16** - ¿Cuáles son algunos aspectos de nuestra familia que te confunden y que te hacen sentir bien y mal a la vez?
- **Página 20** - ¿Cómo te ayuda saber que solo depende de ti si sientes amor o no hacia tus padrastros? Mientras tanto, ¿qué significaría dejar que el amor guíe tus acciones?
- **Página 22** - ¿Qué hace difícil a veces obedecer a tus padrastros?
- **Página 23** - ¿Hay momentos cuando te sientes atrapado entre los valores de mi hogar y los de tu otro hogar? Sé que se siente como una situación de no ganar. ¿Cómo puedo ayudar?
- **Página 24** - Cuéntame las veces que te sientes excluido o celoso de mi tiempo con... [nombra a los otros miembros de la familia reconstituida].

Para obtener más información y recursos adicionales acerca de las familias reconstituidas, visite vidaenfamilia.org/serpadres.



ID# PDF20683