

Construyendo relaciones en la familia reconstituida

**Charlotte Shoup Olsen, Ph.D., CFLE,
Professor and Family Studies Specialist**



“El tiempo pasa, los niños crecen fuera de sus inseguridades, los ex-esposos se casan, se alejan, o de otra manera disminuye su control. Las parejas se unen más a través de sus crisis y los padrastros se convierten en una parte aceptada en la historia familiar. En la etapa de crianza el mejor aliado es el tiempo. ¡Utilízelo bien!” — Por un padrastro o madrastra

Las relaciones entre los niños, padres y padrastros pueden ser muy estresantes. Ser padres puede ser un desafío en cualquier familia, pero el vivir en una familia reconstituida hace que el papel de los padres sea aún más difícil.

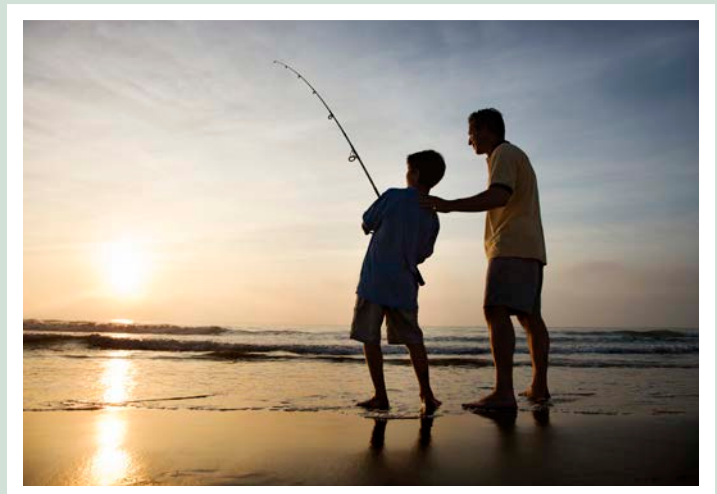
Los padrastros son padres instantáneos que a menudo están en ese papel sin previo conocimiento o experiencia en crianza.

Los niños son una realidad que no puede ser ignorada. Las relaciones entre padrastros e hijastros son por lo general un reto, sin importar si el padrastro tiene otros hijos.

Un padrastro tiene que encontrar una manera de relacionarse con los hijastros que probablemente será diferente de la relación del niño con el padre biológico. Esto puede ser difícil.

Los padrastros e hijastros a menudo tienen sentimientos de resentimiento entre sí. Los padrastros pueden ser menos tolerantes con las personalidades y los comportamientos del niño que serían los padres biológicos.

El padrastro puede sentirse como un extraño. Los sentimientos del padrastro o madrastra pueden aparecer en saber que los padres y los niños por lo



general tienen vínculos más estrechos y una historia más larga. Los niños saben lo que se espera de ellos y ellos saben qué esperar de los padres.

Los hijastros pueden sentir el padrastro como un intruso no deseado en su vida familiar. También pueden sentirse como extraños cuando el padre da la atención al nuevo padrastro o madrastra.

Al pasar tiempo juntos como una familia reconstituida, estos sentimientos se aliviarán a medida que se desarrollan las relaciones. También es importante pasar tiempo solo con cada niño, sobre todo en actividades no competitivas. Vaya por una caminata o un paseo en bicicleta juntos. Haga algo natural, pero no fuerce la unión con sus nuevos hijastros, especialmente con los adolescentes.

El conocer a sus hijastros calmará sus temores acerca de los cambios que puedan producirse. También puede ser un alivio al usted saber que muchos cambios



K-STATE
Research and Extension

y desafíos son normales cuando dos familias con diferentes experiencias y expectativas se unen.

La lección número 1 indicó que el “amor instantáneo” no es realista. La expectativa de que ese “amor instantáneo” se producirá entre padrastros, hijastros y hermanastros no es justo.

Algunos estudiadores dicen que se necesitan cuatro años o más para desarrollar un sentido de cuidado y unidad en las familias reconstituidas. Los niños de 9 a 15 años son más propensos a tener más dificultad en ajustarse.

Es importante establecer pequeñas metas que sean realistas para la relación padrastro - hijastro. Mostrar afecto y disciplinar a sus hijastros probablemente vendrá poco a poco. En una nueva familia reconstituida, los padrastros que toman un enfoque reservado en estos dos temas en el primer par de años probablemente experimentarán menos conflictos y frustraciones.

Además, como pareja, limite la cantidad de afecto que se muestra uno hacia el otro cuando los niños están presentes. La muestra de afecto entre un padrastro/madrastra y un padre a menudo es difícil que los niños lo acepten.

Los hijastros pueden ver ese afecto como competencia por el amor de sus padres. Los hijastros pueden sentir que el padrastro o la madrastra están tratando de reemplazar al padre ausente. Los adolescentes pueden sentirse avergonzados por esta exhibición pública de afecto, ya que ellos mismos están lidiando con su propio desarrollo sexual.

Las relaciones jurídicas no ocurren de forma natural en las familias reconstituidas. La falta de una relación jurídica entre padrastros e hijastros hace el papel del padrastro confuso y frustrante. Hay una pérdida de estatus.

Sin autorización por escrito, los padrastros no pueden legalmente aprobar la atención médica de emergencia. Asimismo, legalmente no pueden solicitar los registros escolares o firmar documentos importantes.

A los padrastros se les dan a menudo la responsabilidad de los hijos, pero sin autoridad legal. Debido a esto, los padrastros pueden tener sentimientos de resentimiento y pueden estar menos involucrados.

Se anima a que hable con su pareja acerca de sus sentimientos y frustraciones en relación a las cuestiones

legales que se refieren a los hijastros. Esto también le ayudará a aclarar su papel como padrastro o madrastra.

Paso de avance: Reconociendo que un padrastro/madrastra se beneficia del apoyo de su pareja

Los padres pueden ayudar a los padrastros, ayudándoles a conocer a cada niño como un individuo. Compartir historias pasadas, fotos, y vídeos tomados en casa del pasado de los niños podría ser de ayuda.

Cuando se comparte la historia de los niños, tenga en cuenta que la presencia de la otra parte en imágenes o fotos puede hacer que el padrastro o la madrastra se sienta un poco incómodo.

Los padrastros necesitan alguien que los escuche y los apoye mientras se adaptan a sus nuevas funciones. Escuchar a su pareja que está teniendo dificultades con su hijo puede ser muy incómodo.

Es muy importante que usted reconozca los sentimientos de su padrastro o madrastra, incluso si usted no está de acuerdo. Ignorar o minimizar la situación es probable que aumente la tensión. Esto no permite que la familia se mueva hacia la unidad.

Las parejas tienen que reservar un tiempo cada semana para resolver problemas y hacer planes para su familia. Pero hay que tener en cuenta que algunos problemas en las relaciones no pueden ser resueltos.

Algunos problemas simplemente no desaparecen. Por ejemplo, un padre ausente puede seguir siendo muy hostil con el nuevo padrastro o madrastra. Tiene que aprender a lidiar con este tipo de problemas de manera satisfactoria. Tomará mucho tiempo y paciencia.

Es importante para un padrastro o madrastra saber que su pareja se preocupa por cómo se siente acerca de los problemas de la familia. El padre puede dirigir la charla, ayudando a definir los roles y expectativas entre el padrastro y los hijastros.

Otra forma de apoyar a un padrastro o madrastra es que la pareja proporcione autorización por escrito autorizando para que el padrastro apruebe la atención médica de emergencia para el hijastro. Esto es especialmente importante cuando los niños pequeños son los involucrados. El padrastro puede sentirse más valorado y apreciado en la relación si ese papel está

claramente definido. Es probable que conduzca a una mayor participación con los hijastros.

Los padres y los padrastros deben aprender lo más posible sobre el desarrollo infantil y la crianza efectiva, especialmente para las familias reconstituidas. Lea libros, participe en clases para padres, o únense a grupos de apoyo –todo de esto se puede hacer juntos e invitaría a la comunicación.

Paso de avance: Ajuste a la función de padrastro/madrastra

Las madrastras generalmente reciben más presión y menos apoyo social que otras funciones en la familia reconstituida. Los estudios sobre las familias ensambladas nos dice que las madrastras tienen el papel más difícil en la familia reconstituida.

Estereotipos de cuentos de hadas de la “malvada madrastra” sólo hacen un papel difícil parecer que sea imposible. Este mito se combina con las expectativas sociales de que las mujeres son más afectuosas y eficaces con los niños, predisponiendo a muchas madrastras para el fracaso.

Las madrastras pueden que salten demasiado rápido, especialmente las que no tienen hijos propios. Ellas podrían abrumar o asustar a sus hijastros con la atención que les brinda. Estas pudieran abstenerse de hacer cumplir las reglas de la familia y la disciplina por el miedo de parecer demasiado dura.

Las madrastras pudieran tener más dificultad para construir una relación con una hijastra. En general, hay menos afecto, menos respeto, y menos aceptación en esta relación que en otras relaciones en la familia reconstituida. La hija puede resentir la cercanía de la madrastra con su padre.

Esto es especialmente cierto si el padre y la hija tenían una fuerte relación antes de esta nueva familia. Los intentos de la madrastra para cumplir su papel en la familia pueden ser percibidos por la hijastra como esfuerzos para reemplazar a su madre.

La sociedad espera que las madres sepan todas las respuestas sobre sus hijos. A las madrastras se les pide a menudo que proporcione información sobre los hijastros que no conocen. Esto a menudo hace que la madrastra se sienta inadecuada y frustrada.

Las madrastras tienden a aferrarse al mito de la “malvada madrastra” por más tiempo que otros miembros de la familia. Al aceptar el hecho de que los padrastros/madrastras suelen tener diferentes sentimientos hacia los hijastros que ha a sus propios hijos, puede ayudar a la madrastra/padrastro a resolver los sentimientos de culpa.

También como madrastra, no debe anticipar muestras de aprecio de los hijastros por el trabajo que hace por ellos. Eso no es un hábito común. Los niños generalmente no expresan agradecimiento abierto ni aun a los padres biológicos.

El papel de padrastro recibe menos atención y tiende a tener más apoyo social que el papel de madrastra. Los padrastros generalmente se involucran menos en la crianza que las madrastras. Aunque los padrastros pudieran tener un menor número de demandas que se les imponga, todavía tienen que establecer su lugar en la nueva familia reconstituida.

El establecimiento de un nivel aceptable de autoridad en la familia es un reto para los padrastros. Muchos





hombres no están seguros sobre el grado de autoridad que tienen como padrastro. Las edades de los niños influyen mucho en lo que el padrastro asumirá en esta familia. Entre mayor sean los hijastros, más difícil se vuelve.

Durante el primer par de años, se recomienda a los padrastros a tomar un rol de padres reservado o secundario. Aquellos padrastros que encuentran satisfacción en ser solidario de sus parejas en el papel de padres experimentan menos conflictos y disfrutan más su nueva familia.

Las familias reconstituidas que han establecido funciones justas, reglas y responsabilidades que se aplican consistentemente tienden a ser más felices y tienen menos enfrentamientos. Es importante que el padrastro esté involucrado en ayudar a establecer estas reglas y responsabilidades.

Saber cuándo y cómo mostrar afecto hacia los hijastros es difícil para muchos padrastros. Los valores de los hijastros y su sentido de lo que es correcto y lo incorrecto se han determinado por otra pareja de padres. Un padrastro puede sentirse incómodo mostrando afecto o relacionarse emocionalmente con los hijastros.

La relación de los padrastros hacia sus hijastras es especialmente muy sensible. Lo que sería visto por una familia biológica como el afecto normal y apoyo emocional pueden ser fácilmente mal interpretado en las familias reconstituidas como insinuaciones sexuales y contactos inadecuados.

Los padrastros deben honrar las necesidades de privacidad de los hijastros. Puertas cerradas deben ser

respetadas, en especial con hijos adolescentes. Puede que tenga que prestar más atención a su ropa mientras esté en la casa. El uso de una bata puede convertirse en un nuevo hábito, cuando esté en presencia de sus hijastros.

Los padrastros se sentirán cómodos con el nivel adecuado de mostrar afecto a través de:

- Establecer una comunicación abierta con los hijastros.
- Respetar el espacio de los demás.

El apoyo financiero en las familias reconstituidas puede ser muy difícil. Los padrastros normalmente no están legalmente obligados a apoyar a los hijastros.

Esto puede conducir a un conflicto sobre el dinero disponible. Este conflicto se hace aún más difícil si hay diferencias extremas en la forma en que usted y su pareja presupuesta y gasta el dinero.

Los niños no ayudan a la situación. Los hijastros e hijos naturales tienden a “llevar la cuenta” de cuánto se gasta. Cuando un padrastro es visto favoreciendo a sus hijos y no a sus hijastros o viceversa, hay un mayor potencial de conflicto, desacuerdo, y problemas de conducta.

El padre ausente también podría contribuir al problema. Los pagos de manutención de los hijos pueden ser irregulares o inexistentes, o lo contrario podría ocurrir. El padre ausente podría bañar a su niño con regalos y dinero en exceso.

La comunicación es la clave para lidiar con los problemas financieros que son difíciles. Usted y su pareja tendrán que llegar a un acuerdo en la manera en que las decisiones financieras están hechas y quién paga qué y cuánto.

Usted tendrá que hacer planes de contingencia en caso de que no esté disponible la manutención de menores asignada por el padre ausente. La gestión financiera es un proceso muy difícil. Tomará tiempo para armonizar los valores que difieren en el gasto y el ahorro. La lección 5 proporciona más detalles sobre las cuestiones financieras y legales.

La culpabilidad es común para muchos padrastros. Puede provenir de muchas fuentes. Usted podría experimentar sentimientos de culpa por pasar más tiempo con los hijastros que con sus propios hijos. Los sentimientos de culpa pueden ocurrir sobre problemas

de soporte financiero. Si usted es incapaz de satisfacer las necesidades emocionales de su pareja y establecer una relación de respeto con su ex-cónyuge, puede experimentar culpa.

Los padrastros/madrastras entran a una familia reconstituida con esperanzas y sueños idealistas. Estas esperanzas y sueños a menudo son demasiado altos y no son razonables. Sin embargo, un padrastro o madrastra puede tomar medidas muy importantes para ayudar a la familia a adaptarse a sus desafíos.

Paso de avance: Convirtiéndose en un padrastro/madrastra seguro

El papel de padrastro toma tiempo para establecerse. Sea paciente con el proceso. Estas son estrategias que pueden ayudar a definir y sentirse seguro en su papel como padrastro o madrastra.

Sea un padrastro seguro

Acepte a su papel padrastro o madrastra. Usted no es un padre sustituto para sus hijastros no importando cuán ausente puede ser el otro padre. Poco a poco empiece a desarrollar su papel único y las relaciones con sus hijastros.

Dé tiempo para que los hijastros le acepten y lleguen a conocerle.

Todas las relaciones fuertes y de significado toman tiempo. Programe tiempo para hacer cosas con cada niño, así como con toda la familia. Esté atento a lo que su hijastro le gusta hacer y aproveche este conocimiento al sugerir actividades para hacer juntos.

Comuníquese con su pareja

Discutan y pónganse en acuerdo en cuanto a las expectativas razonables para su rol. Sean solidarios en temas de:

- Disciplina.
- Las reglas familiares.
- Responsabilidades.

Acepte el otro padre del niño

Puede que usted nunca esté a gusto con el padre del niño, pero hay que reconocer que no se puede borrar ese vínculo biológico.

No se acepta la crítica hecha a este padre frente a los niños. Esto sólo conducirá a más problemas y daño a los niños.

Aprenda a respetar y aceptar a su hijastro/a

Sea realista en sus expectativas y deseos. El desarrollar una relación con respeto por el otro tomará una gran cantidad de esfuerzo y compromiso. Amar a su hijastro como propio es difícil, incluso imposible, así que no espere que suceda rápidamente.

Poco a poco establezca su papel de autoridad

Esto es especialmente importante si sus hijastros están en la adolescencia.

Ser un buen modelo a seguir es más beneficioso que la disciplina dura

Esté preparado para apoyar a su pareja en asuntos de disciplina. Ustedes dos tienen que trabajar juntos para que asuma gradualmente más disciplina hacia sus hijastros a medida que avanza el tiempo.

Simplemente, tiene que ir poco a poco.

No crea que usted es la causa de todo lo que sale mal

Todos los padres tienen problemas y desacuerdos con sus hijos, especialmente los adolescentes. Es normal. Recuerde, usted no es responsable de todos los cambios emocionales y problemas que sus hijastros estén experimentando.

Trabaje con su pareja, hijos adoptivos y sus niños en la división de las tareas domésticas

Establezca reglas familiares y divida las tareas domésticas de una manera satisfactoria para todos, especialmente a su pareja.

Anime a los padres y los niños a pasar tiempo juntos sin usted

Esto ayudará a sus hijastros a ganar confianza y respeto por usted.

Construya tradiciones y celebraciones únicas en su familia reconstituida

Esto ayudará a desarrollar recuerdos y confianza en la familia. Por ejemplo, su familia podría decidir que cada

niño tendrá una ‘ semana de cumpleaños ‘ en lugar de sólo día de cumpleaños. Esta nueva tradición ayuda a adaptarse a las celebraciones y reduce la tensión con el padre ausente y otros parientes. Puede ser un deleite para el niño ya que tendrá un período de tiempo más largo para celebrar.

A pesar de todos los desafíos que, a veces, pueden ser piedras de tropiezo, las familias reconstituidas aun valen la pena.

Después de dos años o más, la familia comenzará a estabilizarse. Después de unos cuantos años, la familia comenzará a tener un sentido de pertenencia a una familia nueva y diferente.

Los niños con el tiempo se adaptan y se repositionan dentro de la nueva familia. Se benefician al aprender a respetar y a valorar las diferencias.

Debido a la doble exposición de estilos de vida, valores, modelos de comportamiento, estilos de crianza de los hijos y habilidades, los niños pueden estar mejor preparados para las realidades de la “vida.”

Semana 3 Actividades

1 — *Concientizándose de los deseos de la familia*

Para esta actividad, tenga lista una hoja grande de papel, tijeras, pegamento, y revistas viejas.

- Pida a cada miembro de la familia que piense en cosas que quieren para su familia reconstituidas.
- Busque revistas para encontrar imágenes que representan estas cosas.
- Haga que cada persona recorte sus fotografías. Un padre o un hermano/a mayor necesitarán ayudar a los niños pequeños. Después de que cada miembro de la familia haya encontrado varias fotografías, pida a cada persona que comparta lo que las fotos representan para ellos en términos de lo que quiere para su familia reconstituida. Los miembros mayores de la familia pueden optar por cosas más simbólicas mientras que los niños pequeños pueden escoger láminas de posesiones. Las láminas de cada persona deben ser valoradas y aceptadas.
- Organice todas las fotografías en una hoja de papel grande. Péguelas para crear un collage de “Deseos de la familia.” Póngalas en un lugar importante en su hogar.

- Hable acerca de lo que cada miembro de la familia puede hacer esta semana para comenzar a trabajar hacia estos deseos. Piense en pasos muy pequeños.

2 — *Reconociendo el reto en ser padrastro/ madrastra*

- Escriba en un papel en blanco los problemas, conflictos, preocupaciones y desafíos que está experimentando en su nueva familia. Si es posible, clasifique los 3 o 4 primeros elementos que enumeró.
- Mira las estrategias mencionadas en esta lección. Trate de identificar qué estrategias les pueden ayudar con sus problemas.
- Añada sus propias estrategias a la lista.
- Comparta y discuta sus listas de problemas y estrategias con su pareja y u otro padrastro o amigo.
- Elija una estrategia a enfocarse durante esta semana.

Referencias

Ganong, L. H., & Coleman, M (2004). *Stepfamily relationships: Development, dynamics, and interventions*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Gottman, J. (2012). *Why marriages succeed or fail... and how you can make yours last*. New York: Simon & Schuster.

Pasley, K., & Garneau, C. (2012). “Remarriage and stepfamily life.” In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity*. New York, New York: The Guilford Press.

Acknowledgments

Building Strong Stepfamilies, cartas escritas en una serie de siete partes por Judith J. Winckler, Cornell University Cooperative Extension, Condado de Broome, Nueva York, 1992, fue utilizado como un recurso primario para la serie de publicación original que fue apoyado por una beca de la Fundación Del Ministerio de Salud Metodista Unida , Hutchinson, Kansas.

Gracias a Gayle Price, autora original de esta lección. *Stepping Stones for Stepfamilies, Lesson 3: Building step relationships*. (1997) Manhattan, KS: Kansas State University Agricultural Experiment Station and Cooperative Extension Service.

Gracias a Elizabeth Brunscheen-Cartagena por la revisión de esta lección y su traducción al Español.

Author

Preparado por Charlotte Shoup Olsen, Profesor y Especialista de la Extensión, Sistemas de Familia, Facultad de Estudios de la Familia y Servicios Humanos, Kansas State University.

Recordatorio personal

Recordatorio personal

Las publicaciones de la Universidad Estatal de Kansas están disponibles en: www.ksre.ksu.edu

Las publicaciones son examinadas o revisadas anualmente por la facultad apropiada para reflejar la investigación y la práctica actual. La fecha que se muestra es el de la publicación o de la última revisión. El contenido de esta publicación puede ser reproducida libremente para propósitos educativos. Todos los demás derechos reservados. En cada caso, de crédito a Charlotte Shoup Olsen, Ph.D., CFLE, Especialista de la Extensión, *Pasos de Avance Para Familias Reconstituidas, Lección 3: Construyendo Relaciones en la Familia Reconstituida*, Universidad Estatal de Kansas, octubre de 2014.

Estación Experimental Agrícola de la Universidad Estatal de Kansas y el Servicio de Extensión Cooperativo

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador. Emitido en promoción del Trabajo Cooperativo de Extensión, Actas del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, según enmendada. Universidad del Estado de Kansas, el condado de los Concilios de Extensión, los Distritos de Extensión y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos Cooperante, John D. Floros, Director.
MF2238CS

October 2014