



ParentingWell

PERFIL DE LA PRÁCTICA



Reconocimientos

El perfil de la práctica de ParentingWell® es financiado por el Departamento de Salud Mental de Massachusetts y por una subvención del Instituto Nacional de Investigación de la Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación¹, como parte del Centro Nacional de Investigación sobre Padres con Discapacidades de la Universidad de Brandeis.

Los investigadores, los encargados de formular políticas, los profesionales, las personas que hacen trabajo de apoyo y defensa, los padres y las familias de Massachusetts tienen una larga trayectoria de compromiso con la participación de las personas con enfermedades mentales graves en todos los aspectos de la vida comunitaria, incluyendo la vida familiar y la oportunidad de ser padres y madres. El trabajo inicial de la práctica de ParentingWell comenzó a finales de la década de los 90 con fondos y apoyo del Departamento de Salud Mental de Massachusetts, el Instituto Nacional de Investigación sobre las Discapacidades y la Rehabilitación², y el Centro de Servicios de Salud Mental de la Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias.

ParentingWell When You're Depressed (que significa: "Cómo criar bien a los hijos cuando se sufre de depresión", publicado por New Harbinger Publications, Inc., 2001), fue un esfuerzo conjunto de investigadores, encargados de formular políticas, profesionales del Departamento de Salud Mental de Massachusetts, el Centro de Investigación sobre los Servicios de Salud Mental de la Facultad de Medicina de la Universidad de Massachusetts, un consorcio de organizaciones y personas de Massachusetts, y los líderes y el personal de Employment Options, Inc. de Marlborough, MA. Este trabajo siempre ha sido realizado por personas con antecedentes de problemas de salud mental y por uso de sustancias, sus familiares y las personas que los apoyan y defienden, y se ha basado en sus experiencias.



National Research Center for Parents with Disabilities
Parents Empowering Parents
Padres Empoderando a Padres

¹ (Subvención del NIDILRR n.º 90DPGE0001-01-01) Las declaraciones expresadas en esta publicación son la responsabilidad exclusiva de los autores y no representan necesariamente los puntos de vista de la agencia federal que proporciona los fondos.

² (Subvención del NIDRR n.º H133G970079)

Más recientemente, los encargados de formular políticas, los administradores de programas, los profesionales, las personas que hacen trabajo de apoyo y defensa, los padres con experiencias personales y sus familiares han contribuido activamente a este trabajo en grupos de enfoque, sesiones de trabajo, entrevistas con informantes clave, estudios piloto de implementación y un equipo de implementación de padres especialistas.

Les damos las gracias a todo el personal de la oficina central y a las oficinas regionales y agencias del Departamento de Salud Mental de Massachusetts por sus aportes. El personal y los clientes de Riverside Community Care, Eliot Community Human Services, Advocates, and Employment Options, Inc. colaboraron con nosotros para crear, revisar y poner a prueba los materiales de ParentingWell.

Algunos de los aportes claves del Departamento de Salud Mental de Massachusetts fueron de Margaret Guyer-Deason, Robert Walker, Val Comerford, Beth Lucas, Sue Wing y Joan Mikula. Christine Furnari de la Vinfen Corporation trabajó en este proyecto como pasante.

Nuestros colegas Toni Wolf, Kathleen Biebel y Chip Wilder han intervenido en proyectos familiares durante varios años y siguen brindando información y apoyo a este trabajo. Hicieron aportes decisivos al libro *Creating Options for Family Recovery*, que significa “Cómo crear alternativas para la recuperación familiar”, (Employment Options, Inc., 2014), otro hito en la marcha hacia un enfoque centrado en la familia para las personas adultas con problemas de salud mental. Anne Valentine contribuyó a este proyecto como gerente de proyectos en el Centro para Padres de la Universidad de Brandeis.

Nuestros colegas del extranjero han contribuido activamente a la creación de este perfil de práctica profesional. El modelo *Let's Talk About Children* (que significa “Hablemos de los niños”), creado por Tytti Solantaus y puesto en práctica en centros de todo el mundo, sirvió de punto de partida y fue adaptado e implementado en Massachusetts. Nuestros colegas australianos Angela Obradavic, Rose Cuff, y Melinda Goodyear, que pusieron en práctica un modelo similar en aquel país, revisaron los borradores anteriores.

La versión actual del perfil de la práctica ParentingWell es un trabajo en colaboración recopilado con el apoyo de Kathryn Swaim, Tara Hall y los recursos del Instituto Donahue de UMASS.

Les damos las gracias a estas personas por sus conocimientos, compromiso y perseverancia, y por valorar a las familias con las que colaboramos. Este perfil de la práctica es el fruto de nuestra colaboración activa y nuestra esmerada dedicación a asegurar que la crianza de los hijos y la vida familiar sean alternativas viables para todas las personas que se planteen estos objetivos.

Joanne Nicholson, PhD, Profesora

Instituto de Salud Conductual
Escuela Heller de Política y Gestión Social
Universidad de Brandeis, Waltham, Massachusetts

Kelly English, PhD, LICSW

Directora del Centro de Información sobre Salud Conductual Infantil
Departamento de Salud Mental
Boston, Massachusetts



PERFIL DE LA PRÁCTICA DE ParentingWell

RESUMEN EJECUTIVO

ParentingWell® es un enfoque para la práctica de rutina en el que las conversaciones sobre la crianza de los hijos, los niños y las experiencias familiares son una parte natural de la conversación y del proceso de recuperación de un adulto. El tratamiento adecuado y eficaz de su problema específico de salud conductual tiene una importancia fundamental.

Sin embargo, la recuperación no ocurre en aislamiento. La familia puede proporcionar motivación para el cambio. Los familiares pueden estimular y apoyar a una persona para que busque ayuda. La crianza de los hijos ofrece oportunidades para ser parte de una comunidad, por ejemplo, en el vecindario o participando en actividades de la escuela. El modelo de ParentingWell fomenta la capacidad de un padre o una madre de vivir en forma independiente y de recuperarse en el contexto de la vida familiar.

El enfoque de ParentingWell ofrece oportunidades para las conversaciones centradas en la familia, para generar un plan de servicios informado por la familia o simplemente para ofrecerle servicios a un adulto con una adicción o un problema de salud mental, teniendo en cuenta las circunstancias de crianza y familiares. De la misma manera en que uno podría hacer preguntas de rutina sobre la vivienda, la escuela o el empleo, o los amigos y los apoyos sociales, también es importante preguntar:

1. Si la persona es o desea ser padre o madre,
2. Cómo son sus experiencias de crianza y familiares, y
3. Cómo les gustaría a los padres que fueran sus circunstancias.



CENTRADOS EN LA FAMILIA:

El profesional reconoce y respeta las experiencias y expectativas únicas del adulto en cuanto a la crianza de los hijos y las funciones y responsabilidades de cada miembro de la familia.

ParentingWell es un enfoque versátil, con capacidad de respuesta a la situación y las necesidades de cada madre o padre en cualquier punto de su vida. Parte de su situación real, cuando la persona esté lista. Usted puede iniciar conversaciones sobre la crianza y la vida familiar en la evaluación inicial o en el contexto de una relación continua, cuando crea que ha llegado el momento oportuno y el padre o la madre esté dispuesto y sea capaz de hacerlo.

El objetivo inicial de ParentingWell se logra cuando el profesional y el padre o la madre colaboran para identificar una meta de crianza o familiar, y hacen un plan que incluye los pasos necesarios para alcanzarla. Juntos, pueden supervisar el progreso y adaptar el plan según sea necesario para garantizar el éxito.

La meta puede convertirse en parte del plan de servicios más amplio del padre o la madre. Nuestra esperanza es que con el tiempo, la crianza de los hijos y la vida familiar pasen a formar parte de la conversación. Los principios básicos del enfoque de ParentingWell reflejan una serie de valores que comparten todos los profesionales: **servicios centrados en la familia, sensibles a las diferencias culturales, con base en los puntos fuertes e informados por el trauma.**



SENSIBLES A LAS DIFERENCIAS CULTURALES:

El profesional trabaja activamente para explorar y comprender los matices e implicaciones del contexto cultural y de la identidad del padre o la madre.



CON BASE EN LOS PUNTOS FUERTES:

El profesional estimula y ayuda a los padres para que identifiquen sus puntos fuertes a fin de infundir esperanza en la posibilidad de cambio, y aprovechar estas cualidades para establecer y alcanzar metas.



INFORMADOS POR EL TRAUMA:

El profesional está abierto a la posibilidad de que los padres hayan vivido situaciones y sucesos traumáticos y les ayuda a comprender la relación entre las experiencias anteriores y su funcionamiento y situación familiar actual.

Los elementos y las actividades centrales del enfoque de ParentingWell ofrecen una estructura para las conversaciones con los padres, e incluyen: **fomentar la participación, explorar, planificar, tener acceso y apoyar y defender.**

El propósito de la práctica del enfoque de ParentingWell es reconocer que la crianza de los hijos es una función importante en la vida, e incorporar

la conversación sobre las metas de crianza de los hijos y vida familiar para que sean una parte rutinaria del vínculo familiar. Cuando da resultado, este enfoque pasa a ser parte de la relación continua y del proceso de prestación de servicios.

Ayudar a un padre o madre a tener éxito en este importante ámbito de la vida contribuye a que su recuperación tenga un buen desenlace.



FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN

El primer paso es preguntar acerca de la situación familiar de una persona y si ha sido, es o espera ser padre o madre. Las preguntas respetuosas, sin juicios de valor sobre la crianza de los hijos y la vida familiar, fomentan la normalización y la inclusión comunitaria.



EXPLORAR

Explorar significa preguntar cómo le está yendo con la crianza, la vida familiar y con los hijos, y sobre las experiencias pasadas en tanto influyan en su funcionamiento como padre o madre, en su participación en el tratamiento y en la recuperación.



PLANIFICAR

Un objetivo central de la colaboración con los padres es responder a sus preocupaciones ayudándoles a visualizar sus posibilidades, a evaluar sus opciones y a establecer y alcanzar metas. Las metas de la crianza y de la vida familiar se entrelazan con el plan personal de cambio del padre o la madre o con un plan formal de tratamiento o de servicios que contribuya a la recuperación.



ACCESO, APOYO Y DEFENSA

Saber cuáles son las fuentes de apoyo emocional, financiero, espiritual o concreto permite identificar los recursos disponibles para que un padre o madre alcance sus metas y afronte la vida cotidiana, y ayuda a identificar las brechas en los servicios con las que podría ayudar un mediador.



INTRODUCCIÓN AL PERFIL DE LA PRÁCTICA DE ParentingWell

ParentingWell® es un enfoque para la práctica de rutina en el que las conversaciones sobre la crianza de los hijos, los niños y las experiencias familiares son una parte natural de la conversación y del proceso de recuperación de un adulto. Aunque muchos profesionales pueden estar dispuestos a considerar y a hablar sobre el impacto de la salud mental o de la adicción de uno de los padres en sus hijos, muchos no han recibido capacitación para pensar o hablar en la influencia de las experiencias de crianza y la vida familiar en la salud conductual y la recuperación del adulto.

Por esto, los profesionales pueden perder oportunidades para ofrecer apoyo y orientación y para colaborar con los padres a fin de que logren sus objetivos, estén o no relacionados con la crianza. Aun cuando las metas no estén orientadas a la crianza y las necesidades o planes de la familia, las experiencias familiares y de crianza pueden favorecer o socavar el logro de las metas en otros ámbitos, como el empleo, la educación, la capacitación e incluso la asistencia a las citas de tratamiento.

El tratamiento adecuado y eficaz del problema específico de salud conductual del adulto reviste una importancia fundamental. Sin embargo, la recuperación no ocurre en aislamiento. La familia puede proporcionar motivación para el cambio. Los adultos tal vez quieran mejorar por sus hijos. Los familiares pueden estimular y apoyar a una persona que busca ayuda.

La crianza de los hijos ofrece oportunidades para ser parte de una comunidad, por ejemplo, en el vecindario o participando en actividades de la escuela de un hijo. Hablar sobre la vida familiar es una oportunidad que suele ocurrir con naturalidad para aprovechar las experiencias compartidas de maneras útiles para todos los participantes en la conversación.

De lo contrario, los familiares y las relaciones entre ellos pueden convertirse en obstáculos para el tratamiento, dificultando o impidiendo las citas por las exigencias de la vida familiar. Los miembros o socios importantes de la familia tal vez no crean en el tratamiento o le resten importancia a las necesidades de apoyo de una persona. Abrirle la puerta a este tipo de conversaciones puede ofrecer oportunidades para detectar o resolver problemas y superar los obstáculos que impiden un tratamiento eficaz.

Si usted no hace preguntas sobre la crianza de los hijos, tal vez pierda de vista lo que es importante en la vida de una persona. La investigación indica que ignorar la crianza de los hijos y la vida familiar puede frenar el progreso del tratamiento o la recuperación y que esto, a su vez, puede afectar el desarrollo y el bienestar de los niños. Usted podría perderse oportunidades para fomentar la participación, motivar, fortalecer las buenas cualidades y contribuir al éxito en esta importante esfera de la vida. Sin darse cuenta, tal vez socave la esperanza y el optimismo. “Fracasar” como madre o padre puede menoscabar el funcionamiento óptimo del adulto y su recuperación. Y el éxito como madre o padre puede redundar en beneficios considerables en otras esferas importantes de la vida.

El propósito de ParentingWell no es que sirva de terapia familiar ni que involucre necesariamente a los hijos como clientes. No es un servicio autónomo, sino un enfoque que se incorpora a otra clase de servicio, intervención o apoyo, por ejemplo, gestión del caso, terapia individual, apoyo de pares, rehabilitación psiquiátrica, vivienda con apoyos o empleo. El enfoque de la práctica de ParentingWell ofrece oportunidades para las conversaciones centradas en la familia, para generar un plan de servicios informado por la familia o simplemente para ofrecerle servicios a un adulto con una adicción o un problema de salud mental, teniendo en cuenta las circunstancias de crianza de los hijos y familiares.



Así como usted hace preguntas de rutina sobre la vivienda, la escuela, el empleo, los amigos y los apoyos sociales, es importante preguntar si una persona es o desea ser madre o padre, cómo le va con la crianza, y qué le gustaría que fuera diferente.

Usted no tiene que adquirir necesariamente habilidades nuevas. Puede aprovechar y partir de las habilidades que ya tiene, teniendo presente a la familia y la crianza.

Al prestar atención a la crianza y las experiencias familiares, la expectativa de que su relación con la persona que es madre o padre mejore. Él o ella sentirá más esperanza y optimismo. Su capacidad para responder a los asuntos familiares mejorará y el estrés de la crianza disminuirá.

A largo plazo, el padre o la madre seguirá avanzando en su recuperación, se sentirá mejor y será más exitoso. Estos cambios, a su vez, tendrán un impacto positivo en las relaciones y los recursos de la familia, y contribuirán a mejores resultados para todos sus miembros.

ParentingWell puede abrirle la puerta a conversaciones a largo plazo con el adulto, en el contexto del apoyo de padres, la prestación de servicios y el tratamiento que, por último, evitarán la transmisión intergeneracional de los problemas conductuales.

Las metas de ParentingWell

De muchas maneras, las metas del enfoque de ParentingWell son similares a las de cualquier práctica buena: se adaptan a cada persona, son pragmáticas, respetan el contexto y las experiencias, y están orientadas hacia la recuperación. Algunas de estas metas son:

- » Establecer una **relación de confianza** mediante la comunicación abierta y el entendimiento mutuo.
- » Sentar las bases para **conversaciones variadas sobre la crianza de los hijos y la vida familiar**, reconociendo la naturaleza multidireccional de las relaciones entre padres e hijos, y los muchos factores que contribuyen a la recuperación.
- » Explorar las experiencias y circunstancias de cada familia, reconociendo sus **puntos fuertes y vulnerabilidades** e infundiendo la esperanza de que el cambio es posible.
- » Ayudar a los padres a especificar **metas pertinentes y realistas**, con pasos concretos y circuitos de retroalimentación, comprendiendo que las experiencias de crianza y familiares pueden ser una fuente de motivación y gratificación, y también de dificultades y estrés.
- » Evaluar el progreso con los padres a fin de responder a las dificultades que surjan, adaptar las metas según sea necesario y **reconocer los éxitos**.
- » Estimular a los padres para que establezcan y aprovechen **fuentes de apoyo y recursos** al interior de la familia y en la comunidad.
- » Apoyar a los padres para que encuentren un **equilibrio entre las responsabilidades familiares y sus necesidades de autocuidado y recuperación**.



El enfoque de ParentingWell se centra en tres preguntas básicas:

1. ¿Cuáles son sus circunstancias de crianza y familiares?
2. ¿Cómo le va?
3. ¿Qué le gustaría que fuera diferente?

Este enfoque es versátil. Usted puede iniciar conversaciones sobre la crianza y la vida familiar en la evaluación inicial o en el contexto de una relación continua, cuando crea que ha llegado el momento oportuno y el padre o la madre esté dispuesto y pueda hacerlo.

El objetivo inicial de ParentingWell se logra cuando el profesional y el padre o la madre colaboran para identificar una meta de crianza o familiar, y hacen un plan que incluye los pasos necesarios para alcanzar el objetivo deseado. La meta puede ser personal o puede ser parte de un plan más formal de los servicios y apoyos que el padre o la madre ya recibe.

Con el tiempo, la expectativa es que los temas de la crianza de los hijos y la vida familiar pasen a ser una parte integral de la conversación. Cuando esto funciona bien, el profesional y el padre o la madre colaboran para supervisar el progreso alcanzado, adaptar la meta o el plan de acción según sea necesario y celebrar los éxitos logrados. Ayudar a un padre o madre a tener éxito en este importante ámbito de la vida contribuye a su funcionamiento óptimo y a la recuperación.



CENTRADOS EN LA FAMILIA:

El profesional reconoce y respeta las experiencias y expectativas únicas del adulto en cuanto a la crianza y las funciones y responsabilidades de cada miembro de la familia.

Principios de ParentingWell

ParentingWell es un enfoque versátil y sensible a la situación y las necesidades de cada madre o padre durante todo el ciclo de vida. Parte de su situación real, cuando la persona está lista. Los principios básicos del enfoque de ParentingWell reflejan una serie de valores que comparten todos los profesionales. Estos principios se entrelazan con los elementos o actividades centrales del enfoque de ParentingWell, con los ejemplos específicos pertinentes a la colaboración con los padres que se presentan en este perfil de la práctica.



SENSIBLES A LAS DIFERENCIAS CULTURALES:

El profesional trabaja activamente para explorar y comprender los matices y las implicaciones del contexto cultural y la identidad del padre o la madre.



CON BASE EN LOS PUNTOS FUERTES:

El profesional estimula y ayuda a los padres para que identifiquen sus puntos fuertes a fin de infundir esperanza en la posibilidad de cambio y de aprovechar estas cualidades para establecer y alcanzar metas.



INFORMADOS POR EL TRAUMA:

El profesional está abierto a la posibilidad de que los padres hayan vivido situaciones y sucesos traumáticos y les ayuda a comprender la relación entre las experiencias anteriores y su funcionamiento y situación familiar actual.

Elementos centrales de ParentingWell

Los elementos o actividades centrales del enfoque de ParentingWell le ofrecen una estructura para sus conversaciones con personas que ya son padres o desean serlo, y consisten en: fomentar la participación, explorar, planificar, tener acceso y apoyar y defender. Estos elementos centrales pueden informar su manera de conversar con los padres, especialmente

al preguntarles si ya son padres, cómo les va y qué le gustaría que fuera diferente. No se espera que haga estas preguntas en un orden predeterminado. Es decir, usted podría volver a uno de los elementos centrales que ya ha tocado o podría tratar varios elementos centrales al mismo tiempo.



FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN

Con el enfoque de ParentingWell, el primer paso para establecer una relación positiva y centrada en la familia es preguntar acerca de la situación familiar y si la persona ha sido, es o espera ser madre o padre.

Las preguntas respetuosas, sin juicios de valor sobre la crianza, la vida familiar y otros ámbitos importantes (como el trabajo, la educación y la capacitación) fomentan la normalización, la inclusión en la comunidad y el vínculo de la persona con el profesional, la comunidad y otras fuentes de apoyo.

El proceso de fortalecer la relación con una madre o padre comienza antes de que la persona abra la puerta. Por ejemplo, la manera en que se hacen las citas y se cumple con ellas o en que se contestan y devuelven las llamadas telefónicas es una forma de comunicar respeto.

Relatarle experiencias personales propias a una madre o un padre, cuando tiene sentido, puede aumentar la confianza entre ustedes. Este contacto inicial sienta las bases para intercambiar información, para hacer planes que respondan a las dificultades identificadas y para fomentar la recuperación y la resiliencia.

El compromiso es un proceso continuo en cualquier relación. Hablar con los padres sobre los ámbitos importantes de la vida y prestar atención a este compromiso con el pasar del tiempo fortalecerá la alianza terapéutica.



EXPLORAR

La clave del enfoque de ParentingWell es el intercambio abierto de información y conocimientos entre el profesional y la madre o el padre (o el futuro padre o madre), para que éste tome conciencia de su situación y sus preocupaciones, puntos fuertes, vulnerabilidades, prioridades y motivación, y para que ambos compartan esta visión.

Explorar significa preguntar cómo le está yendo con la crianza, la vida familiar y con los hijos, y sobre las experiencias anteriores en tanto contribuyan a su funcionamiento como padre o madre.

A medida que ustedes se conozcan mejor, tendrán la oportunidad de explorar más a fondo estas experiencias familiares, especialmente en lo referente a la participación del cliente en el tratamiento y el progreso de la recuperación.

La curiosidad respetuosa ayuda a fortalecer el vínculo, a identificar los puntos fuertes, las vulnerabilidades, las fuentes de apoyo y los recursos, y a responder eficazmente a las necesidades de la madre o el padre.



PLANIFICAR

Un componente fundamental del enfoque de ParentingWell es responder a las necesidades de los padres ayudándoles a visualizar sus posibilidades, a evaluar sus opciones y a establecer metas y alcanzarlas. Las metas de crianza y de vida familiar pueden incluirse en un plan personal para lograr los cambios deseados o pueden incorporarse a un plan de tratamiento o de servicios más formal que contribuya a la recuperación.

Para hacer planes, ayude a los padres a explorar qué los motiva a hacer cambios, visualizar los resultados deseados, establecer metas, especificar pasos realistas y razonables, identificar los recursos y las fuentes de apoyo necesarios para avanzar, y determinar plazos apropiados con circuitos de retroalimentación para adaptar los planes según sea necesario.

Usted puede colaborar con los padres para ayudarles a explorar sus opciones, encontrar alternativas y anticipar las consecuencias de cada forma de proceder. Los padres tal vez necesiten información sobre recursos disponibles que desconocen, como servicios en la comunidad o programas del gobierno. La clave de un buen plan es encontrar oportunidades progresivas, pasos pequeños que permitan lograr el resultado deseado.



ACCESO, APOYO Y DEFENSA

El primer paso del enfoque de ParentingWell (acceder a las fuentes de apoyo y abogar por los recursos necesarios para satisfacer las necesidades de los padres y las familias) consiste en describir la situación actual. Averiguar qué apoyos y recursos son necesarios para el bienestar emocional, financiero o espiritual de los padres o para satisfacer necesidades específicas (como llevarlos a una cita o cuidar a los niños por unas horas) sienta las bases para el enfoque de ParentingWell.

Tal vez se necesiten los servicios de alguien que ayude con estas necesidades concretas. El apoyo de otros padres es muy útil y suele darse en el contexto de las relaciones informales, por ejemplo, en el vecindario o en el parque adonde llevan a los hijos. Las organizaciones comunitarias, la familia y los amigos les ofrecen oportunidades a los padres de hacer trabajo voluntario, jugar, aprender, orar y participar en actividades sociales.

Las experiencias positivas contribuyen a la resiliencia y a un sentido de reciprocidad y pertenencia. Usted puede ayudar a los padres a adquirir habilidades para funcionar mejor en sus relaciones y en situaciones diversas mediante los juegos de rol, ensayando y practicando. A medida que los padres forman redes sociales, se desenvuelven mejor en ellas y en situaciones interpersonales, aprenden a abogar mejor por sí mismos y por sus hijos.

COMO USAR EL PERFIL DE LA PRÁCTICA DE PARENTINGWELL

Los principios y elementos centrales de ParentingWell son los ingredientes básicos de este enfoque. Las descripciones siguientes de cada elemento incluyen una definición. Los principios de la práctica se explican como aplicaciones pertinentes de cada elemento central.

Con cada elemento central se sugieren actividades como guía para el profesional. La intención no es que estas actividades se hagan en un orden específico, pero se incluyen en la descripción de cada elemento central en una secuencia que podría ser pertinente. No obstante, las actividades de los diferentes elementos centrales podrían ocurrir simultáneamente, y con el tiempo usted podría alternar entre los cuatro elementos.

A medida que usted integre estas actividades, tendrá un panorama más completo de la persona como madre o padre, y de sus prioridades para la vida familiar. Usted ayudará a los padres a conectar sus metas de crianza y de vida familiar con su visión de cambio y sus planes para el futuro.



CONVERSACIONES DE SEGUIMIENTO

Siempre es posible continuar la conversación de ParentingWell. De hecho, es de esperar que la crianza y la vida familiar sean temas de conversación continuos en la relación de ayuda. Por otro lado, un padre podía optar por suspender la conversación y retomarla más adelante.

El propósito del enfoque de ParentingWell es reconocer que la crianza de los hijos es una función importante en la vida, e incorporar la conversación sobre las metas y los deseos de crianza y vida familiar para que sean una parte rutinaria del vínculo. Cuando da resultado, este enfoque pasa a ser parte de la relación continua y del proceso de prestación de servicios. Ayudar a un padre o madre a tener éxito en este importante ámbito de la vida contribuye a que la recuperación tenga un buen desenlace.



EL ELEMENTO CENTRAL DE: FOMENTAR LA PARTICIPACIÓN

Con el enfoque de ParentingWell®, el primer paso para establecer una relación positiva y centrada en la familia es preguntar acerca de la situación familiar y si la persona ha sido, es o espera ser madre o padre. Las preguntas respetuosas, que no hacen juicios de valor sobre la crianza, la vida familiar y otros ámbitos importantes (como el trabajo, la educación y la capacitación) fomentan la normalización, la inclusión en la comunidad y el vínculo de la persona con el profesional, la comunidad y otras fuentes de apoyo.

El proceso de fortalecer la relación con una madre o padre comienza antes de que la persona abra la puerta. Por ejemplo, la manera en que se hacen las citas y se cumple con ellas o en que se contestan y devuelven las llamadas telefónicas es una forma de comunicar respeto.

Relatarle experiencias personales propias a una madre o un padre, cuando tiene sentido, puede aumentar la confianza entre ustedes.

Este contacto inicial sienta las bases para intercambiar información, para hacer planes que respondan a las dificultades identificadas y para fomentar la recuperación y la resiliencia.

El compromiso es un proceso continuo en cualquier relación. Hablar con los padres sobre los ámbitos importantes de la vida y prestar atención a este compromiso con el pasar del tiempo fortalecerá su alianza con ellos.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Centrados en la familia

- Respetar las prioridades y las metas de una persona, como la crianza de los hijos y la vida familiar. Tal vez decida no ser madre o padre o de renunciar a la custodia y esto debe respetarse. Esto puede implicar sentimientos de éxito al tomar una decisión personal bien pensada, o de pérdida y de haber desaprovechado una oportunidad, que pueden atribuirse a un problema de salud conductual.
- Reconoce que la persona podría tener preguntas, preocupaciones y aspiraciones que no ha expresado sobre su funcionamiento presente y futuro como madre o padre y sus metas de vida familiar.
- Reconoce que la crianza es una parte importante de la vida de todos, ya sea como hijo o como madre o padre.
- Es consciente de las maneras en que las experiencias familiares propias influyen en cómo pensamos y respondemos cuando otra persona habla sobre la crianza y la vida familiar.



SENSIBLES A LAS DIFERENCIAS CULTURALES

- Comprende que el contexto y la identidad cultural influyen en las expectativas y experiencias de la vida familiar, así como en las oportunidades de inclusión familiar y comunitaria o aislamiento.
- Reflexiona sobre las maneras en que la cultura y la identidad inciden en cómo una persona evalúa y delimita sus experiencias de salud conductual y tratamiento, cómo se percibe y valora, y cómo cuida a sus hijos.
- Comprende que hablar sobre la cultura del cliente destaca las diferencias y similitudes con la cultura del profesional, y que esto puede fortalecer el vínculo o interferir con él.

ACTIVIDADES CENTRALES

- Se comunica con la persona, la madre o el padre antes del encuentro en persona para presentarse y aclarar su función, recordarle la cita, preguntarle cómo prefiere que se dirija a él o ella —por ejemplo, por el nombre de pila, tuteándola o tratándola de usted, o con un pronombre masculino o femenino— y contesta cualquier pregunta que la persona tenga.
- En la primera reunión, le da la bienvenida y le hace las preguntas iniciales sobre la crianza y la situación familiar, por ejemplo, ¿Es madre o padre?, ¿tiene hijos?
- Explica por qué se hacen preguntas acerca de los familiares y las relaciones, especialmente las referentes a los hijos, y que estas preguntas podrían despertar sentimientos positivos y negativos y descubrir dificultades.
- Identifica a los miembros de la familia y el hogar. Esto incluye a los hijos de cualquier edad y en cualquier situación legal, si se sabe, y a otro padre o madre, si lo hubiera.
- Si es una mujer, revela si está embarazada o si desea y planea tener hijos y familia.
- Puntualiza donde viven los niños y quien los cuida.
- Obtiene información sobre la custodia y las disposiciones para las visitas, si fuera pertinente, y el grado de contacto con los hijos.
- Pregunta cómo le resultan a la persona las conversaciones sobre la crianza y la vida familiar. Aborda y respeta los sentimientos de la persona, teniendo en cuenta sus preocupaciones sobre el contenido y el ritmo de las conversaciones.
- Reconoce y responde a la reticencia de la persona al hablar sobre la crianza y los asuntos familiares en ese momento.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Con base en los puntos fuertes

- Comprende que un enfoque acogedor, sensible y respetuoso transmite esperanza, fomenta la empatía y la aceptación, e inspira confianza.
- Procura responder sin poner en tela de juicio las dificultades que la persona explica que tiene para criar a los hijos y para conciliar la recuperación con la vida familiar.
- Cuestiona las suposiciones propias acerca de la capacidad de una persona con dificultades de salud conductual para ser madre o padre, y si es realista creer que pueden cambiar.



Informados por el trauma

- Reconoce que las relaciones anteriores podrían haber sido traumáticas. Los padres con dificultades de salud conductual podrían haber tenido experiencias negativas con otros profesionales (y sistemas) y tal vez les resulte difícil confiar en un profesional nuevo.
- Tiene en cuenta que a la persona le podría preocupar la manera en que el profesional responda a los asuntos de crianza, por ejemplo, si otros profesionales han expresado actitudes negativas con respecto a su capacidad como madre o padre.
- Comprende que para ganarse la confianza del cliente hace falta tiempo, y que las preguntas iniciales permiten tener conversaciones importantes más adelante y fortalecer el vínculo.

ACTIVIDADES CENTRALES

(Continúa de la página anterior.)

- Ayuda a los padres a comprender las maneras en que su salud y bienestar pueden influir en la crianza y en los hijos.
- Sugiere maneras en que la crianza y las experiencias familiares influyen en el bienestar y la recuperación.
- Cuando surge la oportunidad, o cuando los padres hacen preguntas o expresan inquietudes, ofrece información o acceso a recursos sobre las etapas del desarrollo infantil.
- Explica claramente los riesgos y las vulnerabilidades, la obligación de informar ciertas situaciones, y cómo se responderá a estos problemas en caso de que surgieran, en colaboración con la madre o el padre para lograr los objetivos de bienestar y seguridad familiar.
- Anima a la persona, la madre o el padre a hablar sobre la crianza, los niños y las relaciones familiares en futuras sesiones.



ELEMENTO CENTRAL: EXPLORAR

La clave del enfoque de ParentingWell® es el intercambio abierto de información y conocimientos entre el profesional y la madre o el padre (o el futuro padre o madre), para que éste tome conciencia de su situación y sus preocupaciones, puntos fuertes, vulnerabilidades, prioridades y motivación, y para que ambos compartan esta visión.

Explorar significa preguntar cómo le está yendo con la crianza, la vida familiar y con los hijos, y sobre las experiencias anteriores en tanto contribuyan a su funcionamiento como padre o madre.

A medida que ustedes se conozcan mejor, tendrán la oportunidad de explorar más a fondo estas experiencias familiares, especialmente en lo referente al compromiso del cliente con la relación, su participación en el tratamiento y su progreso en la recuperación.

La curiosidad respetuosa ayuda a fortalecer el vínculo, a identificar los puntos fuertes, las vulnerabilidades, las fuentes de apoyo y los recursos, y a responder eficazmente a las necesidades de la madre o el padre.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Centrados en la familia

- Percibe al adulto no sólo en relación con los síntomas, el diagnóstico y el manejo del problema de salud conductual, sino también en términos de funciones, responsabilidades y prioridades como madre, padre y miembro de la familia.
- Reconoce que los padres son los expertos acerca de sus hijos y su vida familiar. Respeta la información y las preguntas que tengan.
- Reconoce que para los padres es útil comprender cuáles son las preocupaciones comunes de los niños con respecto a su adicción o problema de salud mental, y cómo hablar con los hijos sobre estos temas.
- Busca apoyo para comprender sus propias actitudes y respuestas emocionales al hablar sobre la crianza, los niños y las familias.



Sensibles a las diferencias culturales

- Identifica las experiencias, los puntos fuertes y los recursos relacionados con el contexto y la identidad cultural, por ejemplo, fuentes de apoyo a la comunidad LGBTQ, familia más amplia o comunidad de fe.
- Comprende que el contexto y la identidad cultural influyen para considerar la red social y de apoyo de una persona.
- Comprende que hablar sobre la cultura y la identidad de la madre o el padre destaca las diferencias y similitudes con la cultura y las creencias del profesional, y que esto puede fortalecer el vínculo o interferir con él.

ACTIVIDADES CENTRALES

- Comienza la conversación preguntando, “¿Cómo le va?” en general, y luego más específicamente, cómo le va con los niños y la vida familiar.
- Habla sobre las rutinas diarias, los quehaceres domésticos y el cuidado de los niños. Si es útil, sugiere que el padre o la madre describa cómo es un día típico para ofrecerle apoyo y estructura al hablar de estos temas.
- Anticipa la vacilación de la madre o el padre, responde con tacto y ofrece apoyo para que las experiencias se expliquen de una manera positiva.
- Escucha atentamente y con curiosidad genuina cuando los padres hablan sobre las experiencias, las vulnerabilidades y los puntos fuertes, propios y de los hijos.
- Toma notas breves sobre la situación de cada niño, su desarrollo y su funcionamiento en los ámbitos pertinentes de la vida, por ejemplo, la escuela, el hogar y los amigos.
- Guía a la madre o el padre para que comprenda la naturaleza bidireccional del bienestar suyo y de sus hijos.
- Ofrece información en respuesta a las preguntas del adulto sobre la salud conductual y la crianza.
- Si la madre o el padre ha perdido la custodia o tiene un contacto limitado con los hijos, le pregunta qué entiende acerca de por qué o cómo ha sucedido esto, y cómo está afrontando la situación. Por ejemplo, podría tener sentimientos de pérdida, duelo, dolor o alivio. ¿Cómo interpretan los niños la separación? ¿Cómo la están sobrellevando?

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Con base en los puntos fuertes

- Reconoce que los puntos fuertes infunden esperanza y ayudan a la persona a sobrellevar el día, y que identificar y reforzar estos puntos fuertes es una expresión de respeto y conduce al éxito.
- Comprende que los padres, especialmente los que están muy deprimidos o se perciben como un fracaso pueden necesitar ayuda para identificar puntos fuertes y recursos en sí mismos y en sus hijos.



INFORMADOS POR EL TRAUMA:

- Tiene en cuenta y respeta los esfuerzos de la madre o el padre por controlar el contenido y el ritmo de las preguntas y las respuestas.
- Prevé que los padres con problemas de salud conductual son vulnerables al estigma y podrían haber experimentado actitudes negativas de otras personas.
- Reflexiona acerca de sus habilidades y conocimientos y el contenido emocional de su trabajo para reconocer los asuntos que podrían recordarle experiencias traumáticas propias.

ACTIVIDADES CENTRALES

(Continúa de la página anterior.)

- Si la madre o el padre ha perdido la custodia o tiene un contacto limitado con los hijos, le pregunta qué entiende acerca de por qué o cómo ha sucedido esto, y cómo está afrontando la situación. Por ejemplo, podría tener sentimientos de pérdida, duelo o dolor. ¿Cómo interpretan los niños la separación? ¿Cómo la están sobrellevando?
- Ayuda a la madre o al padre a identificar puntos fuertes y recursos, especialmente en lo relacionado con la crianza y las relaciones con los hijos, la vida familiar, las fuentes de apoyo social y el cuidado personal.
- Hace preguntas sobre los antecedentes de trauma y sus efectos, por ejemplo, pérdidas importantes, muerte de seres queridos, falta de vivienda, abuso o violencia.
- Cuando el padre o madre está listo y dispuesto a hablar de esto, vuelve a tratar el tema de las experiencias traumáticas en general.
- Pregunta cuáles son las normas culturales y las creencias familiares acerca de los problemas de salud conductual y su tratamiento.
- Hace preguntas sobre las creencias del cliente en cuanto a la crianza, las expectativas para los niños y el manejo de la conducta infantil.
- Le pregunta a la madre o al padre si ha hablado con sus hijos sobre su problema de salud conductual y el tratamiento, y qué es lo que los niños han visto, perciben y comprenden. ¿Cómo interpretan los niños los síntomas y las conductas de la madre o el padre?
- Habla sobre las preocupaciones y los temores comunes de los niños en torno al problema de la madre o el padre, por ejemplo: ¿Lo he causado yo? ¿Es contagioso? ¿Puedo hacer algo para arreglarlo?
- Habla sobre el punto de vista de los hijos mayores o adultos, por ejemplo, ira, decepción, resiliencia, empatía o éxito.



EL ELEMENTO CENTRAL DE: **PLANIFICAR**

Un componente fundamental del enfoque de ParentingWell® es responder a las necesidades de los padres ayudándoles a visualizar sus posibilidades, a evaluar sus opciones y a establecer metas y alcanzarlas. Las metas de crianza y de vida familiar pueden incluirse en un plan personal para lograr los cambios deseados o pueden incorporarse a un plan más formal de tratamiento o de servicios que contribuya a la recuperación.

Para hacer planes, ayude a los padres a explorar qué los motiva a hacer cambios, visualizar los resultados deseados, establecer metas, especificar pasos realistas y razonables, identificar los recursos y las fuentes de apoyo necesarios, y determinar plazos apropiados con circuitos de retroalimentación para adaptar los planes según sea necesario.

Usted puede colaborar con los padres para ayudarles a explorar sus opciones, encontrar alternativas y anticipar las consecuencias de cada forma de proceder. Los padres tal vez necesiten información sobre recursos disponibles que desconocen, como servicios en la comunidad o programas del gobierno.

La clave de un buen plan es encontrar oportunidades progresivas, pasos pequeños que permitan lograr el resultado deseado.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Centrados en la familia

- Comprende que hay que preguntar cuáles son las prioridades de los padres, especialmente las relacionadas con la vida familiar, la crianza, el bienestar y la recuperación.
- Reconoce que los padres tienen la libertad de decidir cómo actuarán y qué medidas tomarán para alcanzar sus prioridades, sabiendo que deben cumplir con las expectativas de los servicios de bienestar de menores o del tribunal de familia.
- Comprende que encontrar un equilibrio entre las responsabilidades de crianza y el cuidado personal puede ser difícil para muchos padres, aun cuando no tengan problemas de salud conductual.
- Comprende que si una madre o padre decide dar prioridad a sus necesidades personales, aunque esto parezca ser contradictorio con el cuidado de los hijos y genere sentimientos de culpa o vergüenza, puede ser necesario para mejorar su capacidad de afrontamiento y su resiliencia.



SENSIBLES A LAS DIFERENCIAS CULTURALES

- Reconoce que las prioridades de los padres pueden estar influidas parcialmente por las expectativas de familiares o miembros de la comunidad.
- Comprende que los padres pueden establecer prioridades que no están en consonancia con las actitudes y creencias de los profesionales.

ACTIVIDADES CENTRALES

- Ayuda a los padres a identificar el cambio que desean y a visualizar los resultados.
- Ayuda a los padres a establecer prioridades.
- Ayuda a los padres a identificar sus alternativas y a considerar los beneficios y los costos de cada una.
- Colabora con los padres para establecer metas específicas, mensurables, viables, pertinentes y con plazos específicos.
- Habla de la importancia de cumplir con la implementación del plan, evaluándolo, adaptándolo o añadiendo metas nuevas para seguir avanzando.
- Si los padres no logran dar los pasos necesarios para avanzar, los ayuda a encontrar una forma de resolver el problema.
- Cuando una meta no se cumple, se habla con los padres sobre los motivos, las alternativas y se les ayuda a hacer un plan nuevo, a aprender de lo sucedido y a seguir avanzando.
- Ayuda a los padres a prever las crisis y a responder a las vulnerabilidades tomando medidas preventivas (por ejemplo, tener un plan para cuando surja una dificultad conocida) o aprovechando recursos (por ejemplo, identificando a alguien que podría ayudar).

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Con base en los puntos fuertes

- Comprende que el progreso se mide en pasos pequeños.
- En vez de juzgar, guía y asesora para que las prioridades, metas y soluciones de los padres sean realistas, razonables y seguras.
- Da el ejemplo de un buen cuidado personal cuidándose a sí mismo.



INFORMADOS POR EL TRAUMA:

- Comprende que los padres podrían tener alternativas pero tal vez no tengan la experiencia de haber tomado decisiones útiles.
- Reconoce la importancia de que los padres adquieran resiliencia y habilidades de afrontamiento para darles un buen ejemplo a sus hijos.
- Comprende que los sobrevivientes de trauma deben practicar maneras saludables de afrontar las dificultades en reemplazo de otros métodos que han usado y que han fracasado.

ACTIVIDADES CENTRALES

(Continúa de la página anterior.)

- Ofrece sugerencias concretas con el manejo del tiempo y otras habilidades organizativas fundamentales para el logro de las metas.
- Ayuda a los padres a crear estrategias para mantenerse en contacto con los hijos cuando estén separados, por ejemplo, a causa de una hospitalización, por problemas de custodia o porque los niños han sido colocados fuera del hogar o viven de forma independiente.
- Ayuda a hacer planes de contingencia para el cuidado de los hijos si los síntomas de los padres reaparecen o deben ser hospitalizados.
- Explica por qué es importante cuidarse a uno mismo: para poder cuidar mejor a los hijos. Pregunta cuáles son las estrategias y rutinas de cuidado personal.
- Se mantiene en contacto con los padres para ayudarles a evaluar su progreso y, cuando es necesario, a adaptar las metas o medidas de acción.
- Ayuda a los padres a identificar maneras de celebrar los pasos pequeños y los logros importantes.



EL ELEMENTO CENTRAL DE: ACCESO, APOYO Y DEFENSA

El enfoque de ParentingWell® para acceder a las fuentes de apoyo y abogar por los recursos necesarios para satisfacer las necesidades de los padres y las familias empieza con la descripción de la situación actual. Averiguar qué apoyos y recursos son necesarios para el bienestar emocional, financiero o espiritual de los padres o para satisfacer necesidades específicas (como llevarlos a una cita o cuidar a los niños por unas horas) sienta las bases para el enfoque de la práctica de ParentingWell.

Tal vez se necesiten los servicios de alguien que ayude con estas necesidades concretas. El apoyo de otros padres es muy útil y suele darse en el contexto de las relaciones informales, por ejemplo, en el vecindario o en el parque adonde llevan a los hijos. Las organizaciones comunitarias, la familia y los amigos les ofrecen a los padres oportunidades para hacer trabajo voluntario, jugar, aprender, orar y participar en actividades sociales.

Las experiencias positivas contribuyen a la resiliencia y a un sentido de reciprocidad y pertenencia.

Usted puede ayudar a los padres a adquirir habilidades para funcionar mejor en sus relaciones y en situaciones diversas mediante los juegos de rol, ensayando y practicando. A medida que los padres forman redes sociales se desenvuelven mejor en ellas y en situaciones interpersonales, aprenden a abogar mejor por sí mismos y sus hijos.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Centrados en la familia

- Comprende que el apoyo de otros padres es muy útil y suele darse en el contexto de las relaciones informales, por ejemplo, en la familia, el vecindario o el parque adonde llevan a los hijos.
- Comprende que el apoyo social, personal y profesional, aumenta la probabilidad de resultados positivos para los adultos que son padres y para sus hijos.
- No supone que los familiares directos ni los miembros de la familia más amplia sean necesariamente útiles, ya que sus actitudes con respecto a las adicciones, los problemas de salud mental, la crianza y la vida familiar podrían ser desfavorables.



Sensibles a las diferencias culturales

- Sabe que comprender el contexto cultural y comunitario de un padre o una madre le ayudará al profesional a identificar, en colaboración con su cliente, los recursos interpersonales, informales y profesionales disponibles

ACTIVIDADES CENTRALES

- Inicia la conversación sobre las fuentes de apoyo y los recursos actuales (emocionales, financieros, instrumentales, profesionales y personales) que son útiles para la madre, el padre, el niño o la familia.
- Explica la importancia del apoyo social y las interacciones positivas para ambos padres y los niños en tanto contribuyen a la recuperación y la resiliencia.
- Explica los beneficios de ayudar a otros y apoya a los padres para que lo hagan y para que pidan ayuda, porque este intercambio forja relaciones más solidarias.
- Explora cualquier vacilación de los padres para conectarse o comunicarse con otros en lo relacionado con la crianza o con los hijos, especialmente en lo que respecta a pedir ayuda.
- Si es pertinente, pregunta quién ofrece más ayuda con el cuidado de los niños. ¿A quiénes acuden los padres para pedir consejos sobre la crianza y las relaciones con los niños?
- Les pregunta a los padres cuáles son los puntos fuertes de la pareja o de otros familiares importantes, especialmente los que colaboran con el cuidado de los niños.
- Pregunta con qué frecuencia y en qué contexto interactúan los padres con otros adultos, como amigos, vecinos o familiares, especialmente si tienen hijos.
- Ayuda a los padres a identificar a personas o familiares de su elección que comprendan sus circunstancias y puedan servir o ya sirvan como modelos positivos, o que le ofrezcan ayuda útil a la madre, el padre o la familia.
- Pregunta qué recursos hay disponibles o que ya se utilizan en el vecindario y la comunidad.

SIGNIFICADO DE LOS PRINCIPIOS DE LA PRÁCTICA



Con base en los puntos fuertes

- Reconoce que las conexiones y la comunicación son fundamentales porque la recuperación ocurre en el contexto de las relaciones, y que los padres pueden necesitar ayuda para aprender a fortalecer estos vínculos.
- Acepta que la ayuda es útil para todos los padres, y que éstos tienen preguntas y buscan consejos. Pedir ayuda es normal y contribuye a la normalidad.
- Comprende que algunos padres necesitan estímulos para pedir ayuda.
- Valora el hecho de que los padres pueden necesitar apoyo para tener interacciones positivas más frecuentes con sus hijos.



INFORMADOS POR EL TRAUMA:

- Comprende que los padres pueden dudar en pedir ayuda por el estigma relacionado con las adicciones y los problemas de salud mental, y el temor de ser juzgados en forma negativa.
- Reconoce que los padres pueden necesitar que se los guíe para hablar con sus niños, familiares y profesionales sobre temas importantes relacionados con los problemas de crianza y salud conductual, especialmente si estas conversaciones no han sido satisfactorias o han fracasado en el pasado.

ACTIVIDADES CENTRALES

(Continúa de la página anterior.)

- Pregunta si recibe servicios de alguna otra agencia o profesional, por ejemplo, bienestar de menores, terapeuta infantil o distrito escolar.
- Apoya a los padres para que influyan en personas o sistemas que fomenten su recuperación y la resiliencia de sus hijos. Esto incluye desde detalles prácticos, como negociar con el propietario de la vivienda para que ponga trabas de seguridad en las ventanas y los armarios; hasta servicios profesionales, por ejemplo, abogar por servicios de educación especial para los niños en una reunión escolar.
- Apoya a los padres, les da el ejemplo, los asesora y les ofrece oportunidades para que practiquen interactuar con otras personas, especialmente si la madre o el padre no es bueno en situaciones sociales o les teme, prefiere aislarse o se siente incapaz o que nadie lo comprende.
- Ayuda a los padres a identificar recursos de apoyo social alternativos o nuevos, especialmente en lo relacionado con la crianza y la vida familiar.
- Investiga con la madre o el padre las oportunidades de apoyo social, por ejemplo, grupos para padres.
- Ayuda a los padres a identificar fuentes de apoyo profesional, especialmente las que puedan ayudar con las dificultades de la crianza, por ejemplo, un pediatra, un maestro o consejero escolar, o grupos de apoyo para padres.
- Apoya a los padres para que adquieran destrezas, se sientan más seguros en situaciones interpersonales, mantengan sus redes sociales y fuentes de apoyo y tengan acceso a recursos básicos.

Glosario

El propósito de este breve glosario es asegurar que se comprenda la terminología del perfil de la práctica de ParentingWell.

Profesional

Una persona que colabora o proporciona servicios de cualquier tipo a un adulto que ha sido, es o espera ser madre o padre. El profesional puede ser un médico, un trabajador social, un administrador de casos, un trabajador comunitario o un par capacitado. El profesional puede haber aprendido su oficio porque ha recibido capacitación o porque ha tenido problemas de salud conductual y se ha recuperado. Generalmente pensamos en el profesional como alguien que colabora con una madre o un padre, es decir, una persona que trabaja de forma directa para hablar de las experiencias, explorar prioridades y necesidades, hacer planes y acceder a recursos y fuente de apoyo. **Sin embargo, cualquier persona que tenga contacto con una madre o un padre tiene oportunidades para trabajar con ellos aplicando el enfoque de ParentingWell.** Un secretario que contesta un mensaje telefónico puede tratar a la madre o el padre con dignidad y respeto. El gerente de un programa que se encuentra con una madre o un padre en el pasillo de una agencia puede transmitirle una actitud amistosa y desprovista de juicios.

Madre o padre

Una persona que ha dado a luz, concebido, adoptado, acogido en cuidado temporal o que actúa como madrastra o padrastro (de manera oficial o informal) o ha cuidado a largo plazo a un niño de cualquier edad. Esta definición adopta una perspectiva amplia porque los padres, especialmente los que tienen problemas de salud conductual, pueden tener relaciones variadas y dinámicas con niños de diferentes edades y etapas del desarrollo.

Familia

Un conjunto de personas (adultos y niños) que se definen como un grupo muy unido por factores biológicos, conyugales, amistosos o por estar en una relación de pareja o vivir juntos. Los miembros de una familia pueden vivir juntos o estar separados geográficamente o por elecciones de estilo de vida. Las relaciones pueden ser de apoyo y reconfortantes o pueden ser conflictivas y difíciles.

Salud conductual

Un problema de salud mental, una adicción o problema por uso de sustancias, o una combinación de ambos. El término salud conductual abarca todo lo anterior. Si bien hay matices y diferencias en las experiencias de los padres dependiendo de su diagnóstico, régimen de tratamiento y trayectoria de recuperación, podría haber muchas similitudes en sus experiencias de crianza, de vida familiar, con los niños y con los servicios profesionales.

Experiencia personal

La experiencia de vivir con un problema de salud mental, una adicción o un problema por uso de sustancias. Las experiencias de una persona cambian con el tiempo de acuerdo con sus circunstancias, su participación en el tratamiento y los servicios que recibe, y su compromiso y capacidad de recuperación.

Como profesional, sus propias experiencias informan y contribuyen al trabajo que usted hace. Es importante que se tome el tiempo de reflexionar acerca de su vida familiar y de considerar las maneras en que interactúa con los padres de manera atenta, reflexiva y deliberada.