

Planificar el futuro de sus hijos

Una guía para hablar con sus seres queridos sobre cómo mantener a su familia unida



Introducción

Es doloroso pensar en separarse de sus hijos. Pero hay cosas que puede hacer ahora para estar preparado en caso de que ocurra. Planificar con anticipación puede ayudarle a tener más control sobre su vida y puede darle a su familia más estabilidad en este proceso difícil y abrumador.

Esta guía le ayudará a hacer planes y hablar sobre cómo se cuidará a sus hijos si usted y su pareja son detenidos o deportados. Usted aprenderá cómo:

- 1** [Hablar con su pareja](#) para hacer juntos un plan de cuidado de los niños p.4

- 2** [Hablar con sus hijos](#) para prepararlos y apoyarlos p.8

- 3** [Hablar con el cuidador o la cuidadora,](#) la persona que le gustaría que cuidara a sus hijos p.15

- 4** [Próximos pasos](#) p.20

1 Hablar con su pareja

Puede ser difícil tener estas conversaciones, pero usted y su pareja son las personas más indicadas para decidir cómo se debe cuidar a sus hijos.



Preparándose para hablar

Planifique con tiempo, de modo que pueda pensar en las cosas que son importantes para usted y su familia y encontrar el momento adecuado para hablar.

- Planifique hablar cuando no haya interrupciones.
- Encuentre un lugar privado y tranquilo donde puedan hablar entre ustedes honesta y libremente.
- Si puede, pida a alguien que cuide a sus hijos para que no los oigan o interrumpen.

Estas son cosas difíciles de hablar, y la gente a menudo no está de acuerdo con lo que piensa que debería suceder. Puede ser útil pedirle a una persona de apoyo, como un miembro de la familia o un consejero religioso, que le preste ayuda y se asegure de que ambos tengan la oportunidad de compartir sus ideas.

Encontrar un momento



¿Cuándo es un buen momento para que usted y su pareja hablen en privado?

Una persona de apoyo podría ser un:

- Miembro de la familia
- Amigo
- Consejero religioso
- Es normal tener problemas para trabajar juntos y elaborar un plan para el cuidado de sus hijos. Puede llevar mucho tiempo y es posible que tenga que hablar de ello varias veces.
- Usted puede revisar su plan a lo largo del tiempo - piense en él

como un “proyecto en marcha” que puede cambiar a medida que sus hijos crecen y lo que es importante para usted cambiar.

- Si le resulta difícil hablar con su pareja o siente que no se le está escuchando, consulte la página 21.

Pregúntese:



¿Cómo me siento al hablar con mi pareja sobre esto?



Hablar con su pareja

Incluso si su pareja ya está separada de la familia, puede ser importante incluirla en el proceso de planificación.



Si usted es el único progenitor

En muchas familias, uno de los padres cuida de sus hijos. Incluso si su pareja ya está separada de la familia (por detención, deportación u otra razón), puede ser importante incluirla en el proceso de planificación, ya que esto puede ayudar a que los niños se sientan plenamente apoyados por ambos padres. En algunos casos, las decisiones legales sobre sus hijos sólo pueden tomarse con la participación de ambos padres.

Para obtener ayuda legal, consulte la página 21.

- **Si uno de los padres está detenido**, es posible que no puedan hablar en privado. Pero se puede intentar hablar cuando salga en libertad o cuando regrese a su país de origen.

Pregúntese:



¿Cómo me siento al hablar con mi pareja sobre esto?

Pautas para hablar con su pareja

- Cada uno de los padres debe tener tiempo para hablar sin ser interrumpido.
- Tómese el tiempo para hablar de sus sentimientos y de las cosas que le preocupan.
- Trate de ser paciente con su pareja y dele tiempo para que se explique aunque usted no esté de acuerdo con lo que dice.
- Anote las cosas con las que está de acuerdo y las cosas con las que no está de acuerdo.
 - Es bueno darse cuenta de estas cosas desde el principio, pero no se sienta como si tuviera que tomar decisiones de inmediato.

Para las cosas en las que no coincida con su pareja:

- No se sienta presionado a cambiar la opinión de su pareja.
- Cuando no esté de acuerdo, piense en una manera en la que ambos puedan llegar a un acuerdo y anótela.
 - Use el espacio en las páginas 22-23 para anotar sus puntos.
- Los acuerdos pueden ser como estos: *“Nuestros hijos pueden vivir con mi tía y su familia, pero visitarán a tu tío y a su familia todos los fines de semana.”*

- Si comienza a sentirse abrumado, molesto o no puede concentrarse, hágase saber a su pareja y tómese un descanso.
- Averiguar cuáles son las cosas de las que es más difícil hablar le ayudará a seguir adelante.
- Si está tan ansioso o molesto por tener que hacer un plan que no puede comer, dormir o trabajar bien, es posible que le convenga buscar más apoyo. Consulte la página 21 para obtener ayuda.

Pregúntese:



¿Es un buen momento para una pausa?

2 Hablar con sus hijos

Hablar con sus hijos acerca de cómo serán cuidados en caso de que usted se separe de ellos puede ayudarlos a sentirse más involucrados, y como si ellos tuvieran la posibilidad de opinar sobre el plan.



Preparándose para hablar

- Hable con sus hijos en un lugar donde todos puedan oírse y no haya distracciones.
- Tómese un tiempo ilimitado para hablar. Puede ser necesario más de un intento para tratar todo lo que quieren decirse unos a otros.
- Dele tiempo a sus hijos para que hagan preguntas o expresen las preocupaciones que puedan tener sobre su plan.

Usted es quien mejor conoce a sus hijos. Trate de anticiparse a sus

necesidades antes de hablar con ellos. Si sus hijos comienzan a sentirse molestos, interrumpa la conversación. No los obligue a hablar o escuchar.

Asegurarle a sus hijos que su relación es para siempre y que ninguna separación física puede cambiar es lo más importante que usted puede decirles.

Pregúntese:



¿Qué necesitan mis hijos para sentirse apoyados?



Para los niños de hasta 10 años

Los niños pequeños no tienen un sentido claro del tiempo, por lo que les será difícil entender cómo les afectará algo que pueda suceder en el futuro.

- Dígame a sus hijos si la separación es sólo una posibilidad, o si la situación es más urgente.
- Demuestre confianza en su plan: ver que usted está seguro y que tiene el control de la situación les ayudará a sentirse más seguros.

Cómo ayudar a que sus hijos se sientan apoyados:

- Mantenga a mano artículos personales y reconfortantes, como su osito de peluche o frazada favorita.

- Dígame que los ama.
- Dígame que es normal sentir lo que sea que estén sintiendo, y que está bien si sus emociones cambian.
- Tranquilícelos diciéndoles que usted va a estar bien y que su familia tiene un buen sistema de apoyo.

Los niños pueden mostrar que están preocupados no pudiendo dormir, comer o concentrarse. También pueden hacer cosas que ya no hacían, como tener rabietas o necesitar un biberón. Trate de ser paciente - este tipo de reacciones son completamente normales. Si su comportamiento continúa o empeora, piense en buscar ayuda de un consejero (consulte la página 21 para encontrar recursos).

Hablar con sus hijos

Trate de ser paciente a medida que sus hijos procesan estos cambios.



Para niños de más de 10 años y adolescentes

Los niños mayores y los adolescentes desean ser adultos y tener más control sobre sus vidas. Esto significa que querrán muchas oportunidades para expresar sus opiniones sobre lo que sucederá en el futuro.

- Querrán participar en la elaboración del plan y no que se les imponga por la fuerza. Cuanto más sientan los adolescentes que pueden expresarse y ser escuchados, más fácil les resultará aceptar el plan.
- Esté preparado para la posibilidad de que su hijo adolescente no quiera las mismas cosas que usted.
- Pueden expresar sentimientos que son difíciles de escuchar, como no

querer ir con usted si tiene que salir de los Estados Unidos. Es importante que sus hijos puedan compartir sus sentimientos sin que usted se enoje o se sienta lastimado.

- Los niños mayores también pueden reaccionar comportándose mal o cambiando su comportamiento. Esto también es completamente normal. Trate de ser paciente a medida que procesan estos cambios, pero si su comportamiento continúa o empeora, considere la posibilidad de obtener ayuda de un consejero (consulte la página 21 para obtener recursos).

Pautas para hablar con sus hijos

1. Empiece por hablar sobre lo que ocurre y la historia de la inmigración de su familia.

Este es un ejemplo de cómo puede empezar:

- “*Mamá y papá necesitan hablar contigo sobre algo importante. Estamos haciendo planes para el futuro de nuestra familia y queremos hablar contigo sobre ello. Queremos que te sientas cómodo hablando con nosotros acerca de cualquier sentimiento o preocupación que tengas. Puedes hacernos todas las preguntas que quieras.*”
- Luego, hable sobre el origen de su familia y sobre la historia y cultura de su familia.
- Explique que su familia viene de un lugar muy bueno donde sus abuelos o bisabuelos pudieron crecer.
- Hable sobre cuándo y por qué su familia vino a los Estados Unidos. ¿Qué esperaban? ¿Cómo pensaron que sería? ¿En qué se diferenciaba de su país de origen?

Pregúntese:



¿Cuáles son algunos de los valores de mi país de origen con los que quiero que mis hijos crezcan?

Puede hablar de algunas de las tradiciones o valores que mantiene -como ser amable con los demás, o ser respetuoso con las personas mayores- y de las actividades, tradiciones o alimentos que disfrutaban en familia.

Pautas para hablar con sus hijos

2. Hable sobre la situación migratoria actual de su familia.

- Explique que las personas que nacen en los Estados Unidos tienen derechos que las personas que nacieron en otro país no siempre tienen. El gobierno de los Estados Unidos decide cuáles son estos derechos, por lo que las reglas pueden cambiar según quién encabece el gobierno. En este momento, las reglas están cambiando y es más difícil para algunas personas que no nacieron en los Estados Unidos quedarse aquí.
- Puede preguntar a sus hijos si saben lo que significa ser “detenido” o “deportado.” Si no lo saben, explíqueles que significa que el gobierno les ordena que abandonen los EE.UU. y regresen al país en el que nacieron.
- Usted puede explicarles a sus hijos que si nacieron en los Estados Unidos, pueden quedarse aquí. También puede hablar con sus hijos sobre su situación en el país si es diferente a la suya, y si tienen preguntas sobre lo que podría pasarles.

Pregúntese:



¿Cómo se sienten mis hijos?

3. Explique que está preparando un plan para toda la familia en caso de que usted tenga que irse.

El plan puede ser que ellos vayan con usted al país donde nació, o que se queden en los Estados Unidos con alguien que se ocupe de ellos, cuando usted se vaya.

- Si tiene que irse, explíqueles que es posible que tengan que quedarse en los Estados Unidos con alguien que usted haya elegido para cuidarlos.

Tranquilícelos diciéndoles que:

- Ellos podrán hablar con usted con frecuencia y verlo siempre que sea posible.
- Seguirán yendo a la escuela y tendrán horas para acostarse y realizar actividades, como siempre lo han hecho.
- Siempre podrán mantener su vínculo con usted, y tendrán apoyo para que esa conexión se mantenga firme.

Quizá le convenga repetir el mensaje:

Siempre seremos una familia. La relación de un hijo con sus padres es para siempre y ninguna separación física entre nosotros puede cambiar eso.

Pautas para hablar con sus hijos

4. Hable sobre cómo está tratando de elegir a la persona que cuidará de ellos.

- Esta persona puede ser llamada “cuidador o cuidadora.”
- Pregunte a sus hijos lo que piensan que un cuidador debe saber sobre ellos, y lo que puede hacer para ayudarles a sentirse seguros y cómodos.
- Explique que usted está reuniendo todas sus cosas favoritas para compartir con el cuidador.
- Explique por qué está eligiendo a un cuidador específico. Es posible que sus hijos deseen sugerir ideas sobre los cuidadores o los arreglos.
- Diga que está trabajando con el cuidador para hacer un plan sobre cómo se mantendrá en contacto con él si tiene que irse, por ejemplo, escribiendo cartas y hablando por teléfono.

Pregúntese:



¿He creado suficiente espacio para que mis hijos se expresen y hagan preguntas?

Usted puede preguntar:

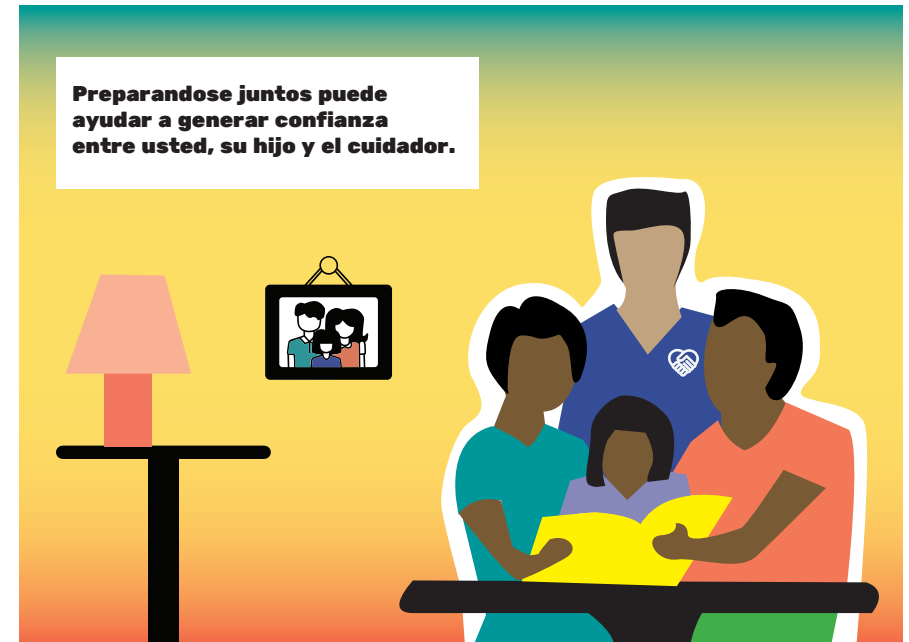
- ¿Cómo estás?
- ¿Qué sientes en este momento?
- ¿Qué piensas en este momento?
- ¿Tienes alguna pregunta?

Hay cosas que no se dirán porque puede ser demasiado doloroso, o puede que no haya tiempo para decir todo lo que usted quiere decirles a sus hijos. Piense en escribir una carta para que sus hijos la abran en caso de que se separen.

- También puede pedirles que escriban cartas o hagan dibujos para usted, y que piensen en un plan para que su cuidador o cuidadora se los envíe en caso de que se separen.

3 Hablar con el cuidador o la cuidadora

Encontrar un cuidador para sus hijos puede ayudarle a prepararse en caso de que se tenga que separar de ellos.



Encontrar un cuidador:

La primera vez que hable con su posible cuidador podría ser más bien un momento para explorar cómo podría hacerse.

Las conversaciones con un posible cuidador de sus hijos serán constantes y también deben involucrar a su hijo. Prepararse juntos puede ayudar a crear confianza entre usted, sus hijos y la persona que lo cuida.

- Un cuidador puede ser un amigo cercano o un pariente.

- Si no tiene en mente a nadie, puede obtener ayuda de una organización comunitaria para encontrar un cuidador. En la página 21 encontrará recursos de ayuda
- Hágle muchas preguntas. Usted debe sentirse cómodo con su elección y saber cuáles son los valores del cuidador y su concepto sobre la crianza de los hijos.

Hablar con el cuidador o la cuidadora



Preparándose para hablar

Si aún no lo ha hecho, lea la página 4 (preparándose para hablar) para encontrar el momento adecuado para hablar.

Anote sus ideas de antemano para tener un plan claro de lo que necesita hablar con el cuidador.

¿Qué espera que el cuidador haga todos los días?

- Rutinas para despertarse y acostarse
- Comidas
- Dejar y recoger a los niños en la escuela
- Ayuda con la tarea

Trate de ser lo más específico posible, para que el cuidador pueda entender claramente lo que usted y su familia necesitarán.

- ¿Hay alguna “necesidad especial” que tengan sus hijos? Estas son las

cosas “extras” más allá del cuidado diario que necesitarán, como:

- Tutoría
- Tratamiento médico
- Equipos deportivos o participación en otras actividades
- Sea lo más específico posible con el cuidador sobre las necesidades de su familia. Cuanto más comparta, mejor preparado estará.

Pregúntese:



¿Cómo me siento al tener esta conversación?

Pautas para hablar con el cuidador

1. Puede empezar hablando de la situación actual de su familia.

Si ya sabe cuándo tiene que irse, hable del plazo. Si no lo sabe, explique que está tratando de prepararse en caso de que algo suceda.

Explique cómo están sus hijos. Puede hablar de:

- Lo que ya ha contado a sus hijos
- Cómo son sus temperamentos y experiencias de vida
- Cómo podrían reaccionar cuando se separen de usted
- Qué apoyo emocional cree que sus hijos necesitarán

Pregúntese:



¿Cómo puedo asegurarme de sentirme apoyado emocionalmente después de la charla?

Pautas para hablar con el cuidador

2. Pregúntele al cuidador sobre su interés y compromiso en el cuidado de sus hijos.

Pregúntele:

- ¿Qué sentimientos y preocupaciones tienen acerca del cuidado de sus hijos?
- ¿Cómo lo mantendrán informado sobre las decisiones importantes?
- ¿Cómo le ayudarán a mantener una comunicación abierta con sus hijos?
- ¿Cómo manejarán la disciplina de sus hijos?
- ¿Cómo apoyarán la participación de sus hijos en tradiciones culturales y religiosas importantes?
- ¿Cómo apoyarán a sus hijos en sus intereses personales y actividades especiales?
- ¿Con qué tipo de arreglo financiero se sentirían cómodos?

Pregúntese:



¿Cómo me siento acerca de lo que el cuidador tiene que decir?

3. Hable acerca de cómo trabajarán juntos, como un equipo, para resolver los desacuerdos que surjan en el futuro.

Es posible que no siempre tenga las mismas prioridades que el cuidador. Pero la relación de sus hijos con usted y con la persona que lo cuida seguirá siendo estrecha si colaboran para superar las diferencias.

4. Deje espacio para que el cuidador hable de sus sentimientos y de cualquier pregunta que tenga.

Quizás quiera escribirle algo al cuidador o hacer algo amable para expresar su gratitud por su disposición a cuidar a sus hijos.

Pregúntese:



¿Le he dado espacio para compartir sus sentimientos y expresar sus preocupaciones?

4 Próximos pasos



Es posible que tenga que hacer algunos planes después de hablar con su familia. Por ejemplo:

- Qué sucederá si usted es detenido, incluso quién llevará a sus hijos a visitarlo y con qué frecuencia.
- Cualquier medida legal que necesite tomar, como establecer un acuerdo legal con el cuidador.
- Comunicación y controles periódicos con su familia y el cuidador. Esto le ayudará a mantener a su familia al tanto de lo que está sucediendo en su vida y si hay algún cambio en su cronograma. La comunicación

habitual también le dará la oportunidad de pasar tiempo juntos y de resolver los sentimientos y las preguntas que tenga sobre su plan.

- Tener conversaciones entre usted, sus hijos y el cuidador juntos. Esto ayudará a sus hijos a saber que el cuidador es alguien en quien usted confía y que existe un plan para asegurar que usted será parte de sus vidas, sin importar lo que suceda.

Hay muchos lugares donde le pueden brindar ayuda y recursos

Para recibir asesoramiento:

Thrive NYC

- Enviar texto “well” al 65174 o llamar al 888-NYC-WELL
- Para español, llamar al 1-888-692-9355, después 3 www.nycwell.cityofnewyork.us/en/

Para recursos generales:

Mixteca Organization

245 23rd Street 2nd Fl.
Brooklyn, NY 11215
718-965-4795
www.mixteca.org

Mayor’s Office of Immigration Affairs (Oficina del Alcalde para Asuntos de Inmigración)

212-788-7654
www.nyc.gov/immigrants

Para recursos de cuidado de los hijos:

Center for Family Life Sanctuary Families Program

443 39th Street
Brooklyn, NY 11232
718-438-9500

Si necesita ayuda para encontrar a un cuidador, le sugerimos que se dirija a las organizaciones religiosas de su localidad.

Para ayuda legal:

Good Call: para recibir ayuda todos los días y a toda hora si un ser querido ha sido arrestado o detenido.

- Llamar al 833-346-6322
- Enviar texto “hello” o “hola” al 347-679-6908

Unidad de Derecho Migratorio de la Legal Aid Society

199 Water Street
New York, NY 10038
844-955-3425
www.legalaidnyc.org

The Bronx Defenders

360 E 161st Street
Bronx, NY
Hotline: 347-778-1266
www.bronxdefenders.org/clients-community/help

Brooklyn Defenders Services

177 Livingston Street
Brooklyn, NY 11201
718-254-0700
www.bds.org

Su familia siempre será una familia

La relación de un hijo con sus padres es para siempre y ninguna separación física entre ustedes puede cambiar eso.

Este proyecto es una colaboración del Center for Family Life, Center for Urban Pedagogy (CUP), y la diseñadora Lizania Cruz. Fue producido con el generoso apoyo de la New York Women's Foundation y la Brooklyn Community Foundation.

Center for Urban Pedagogy (CUP)

es una organización sin fines de lucro que utiliza el poder del diseño y el arte para aumentar la participación cívica significativa. www.welcometocup.org

El Center for Family Life, un programa de SCO Family of Services, es una organización de servicios familiares y sociales con raíces profundas en Sunset Park, Brooklyn. www.sco.org/programs/center-for-family-life

Colaboradores:

CUP: Oscar Nuñez, Siyona Ravi, Yasmin Safdié

Center for Family Life: Julia Jean-Francois, Jennifer Wittlin

Diseñadora: Lizania Cruz

Muchas gracias a:

Emily Shechtman, Zenayda Bonilla, Ingrid Haftel, Maria Ferreira, Maria Jimenez, Ruth Bonilla Benitez, Glenda Velez Prado, Felix Trujillo, Maria E. Aguilar, Asuncion Santos, Teresita Cabrera, Ana F. Rodriguez, Maria Sibrian, Sarai Gonzalez, Marcelo Ruiz, Olga Rodriguez, James Boyd.



Center for
Family Life
in Sunset Park
www.sco.org/programs/center-for-family-life



THE
NEW YORK
WOMEN'S
FOUNDATION
Radical generosity.



BROOKLYN
COMMUNITY
FOUNDATION