

CONSEJOS PARA UNA BUENA COMUNICACIÓN FAMILIAR



CIPL 107
nrccfi.camden.rutgers.edu

La comunicación como clave de las relaciones familiares

La comunicación crea, sostiene y empodera las relaciones interpersonales, siendo ésta esencial entre los padres encarcelados y sus hijos. Sin comunicación, la adaptación y bienestar a largo plazo de los niños puede estar comprometida. Las oportunidades para comunicarse entre los niños y sus padres encarcelados son limitadas, ya que son cuidadosamente definidas y rigurosamente controladas tanto por la institución penitenciaria como por los cuidadores adultos de los niños.

Para muchos niños, la visita a la cárcel puede ser la primera vez que sus padres se toman el tiempo para hablarles, compartir sus pensamientos y sentimientos, escucharlos y pasar tiempo con ellos. Aun cuando el contacto esté limitado a cartas y llamadas telefónicas, los niños pueden sentirse contenidos con el apoyo de sus padres encarcelados. En conclusión, aunque difícil, la comunicación entre ellos es posible y muy valiosa.

Las conversaciones entre padres e hijos

Algunas de las preguntas que los niños se hacen comúnmente son tratadas en *CIPL 103, Conversaciones: las preguntas que hacen los niños*. Estas preguntas surgen generalmente cuando un progenitor es apresado, aunque también continúan durante el periodo de encarcelamiento e incluso después de su liberación. A veces los cuidadores se frustran por las preguntas reiteradas de los niños: “Me hace las mismas preguntas, una y otra vez, durante meses o años”. Los adultos pueden pensar que el niño no comprende la respuesta; puede ocurrir asimismo que el adulto no le esté dando una explicación clara o que el niño quiera ponerlo nervioso. En efecto, un niño repite una pregunta cuando no le gusta la respuesta, le gustaría escuchar una respuesta distinta o se encuentra en otro período de desarrollo cognitivo o emocional y razona las situaciones de una nueva manera.

Este diálogo continuo es importante para la relación entre el niño, su padre encarcelado y su cuidador. Estas relaciones necesitan de y se desarrollan mediante diversas formas de comunicación durante y luego del encarcelamiento del padre. Es importante destacar que cada una de las formas que serán a continuación detalladas, tiene un valor especial.

Comunicándose por carta

Las cartas son una herramienta valiosa de comunicación entre los niños y sus progenitores encarcelados. Las cartas de y hacia los niños brindan la oportunidad de compartir sentimientos sin miedo al prejuicio o a la vergüenza. Algunos niños pueden expresar mejor su enojo y dolor escribiendo y dibujando, allanando el camino para una relación más cercana en el futuro.

Algunos padres encarcelados pueden expresar su afecto y sentimiento de culpa en una carta sin la vergüenza que puedan sentir en una conversación cara a cara. Guardar la correspondencia puede asimilarse a llevar un diario. Los niños conservan las cartas como si fueran un tesoro. Son tangibles y permanentes; a la noche los niños les pueden dar un beso de buenas noches y ponerlas en un bolsillo de la mochila del colegio. Además, releer las cartas del padre conforme pasa el tiempo, le puede brindar al niño la sensación de una relación más real.

Para comunicarse con un padre por correo el niño puede precisar ayuda, la mayoría tiene dificultad para escribir cartas. Para los niños de los presos, escribir cartas es a menudo complicado por una serie de razones; por ejemplo, las reglamentaciones de la cárcel o los cuidadores que no desean que el niño tenga contacto con su padre encarcelado. Además, los sentimientos del niño de tristeza, abandono y rabia son muy difíciles de poner en palabras. Sin embargo, los adultos pueden ayudar a los niños a sortear estas

Cómo los cuidadores pueden ayudar a los niños a escribir cartas

Hablar seguido con los niños sobre las cosas que le gustaría comentarle a su padre y armar con ellos un listado para que puedan ser colocadas en una carta dirigida a él puede ser una opción, así como también planificar la realización de cartas para las festividades, como Navidad o Día de Acción de Gracias y para eventos especiales, como cumpleaños. Muchos de los objetos que pueden utilizarse como regalo no son permitidos en las cárceles por lo cual es mejor averiguar qué es permitido y utilizar este listado a fin de ayudar a los niños a elegir regalos para las ocasiones mencionadas.

Regalos como una fotografía del niño con un marco de papel puede funcionar como un buen presente. Las artesanías que los niños realizan en la escuela tales como vasijas de barro o de madera no son permitidas. Por lo tanto, es mejor alentarlos a que tomen fotos de los objetos que pueden enviar a su padre o a que los guarden en un “cofre de tesoros” para entregárselos cuando sea liberado.

Otros regalos recomendables son las tarjetas de cumpleaños, Navidad, etc. (hechas a mano o compradas), exámenes escolares y copias del boletín de la escuela, diplomas y premios.

También se les puede enviar las tareas escolares. Se pueden mandar aquellas con buena calificación, pero se debe también alentar a los niños a enviar tareas con puntuación baja; algunos padres encarcelados se sienten más conectados con sus hijos cuando ven los trabajos y exámenes en los que los niños precisan ayuda, especialmente cuando pueden enviar ideas y consejos por escrito.

Para aquellos niños que todavía no saben escribir, un adulto puede tomar nota del mensaje que quiera darle al padre. Es una buena idea tener una pila de sobres ya listos con estampillas, destinados al progenitor, de manera de ayudar a que los niños envíen mensajes o dibujos cuando quieran. Para esto es bueno asegurarse de que el familiar permanece en el penal adonde están dirigidos los sobres ya que la mayoría de ellos son trasladados con frecuencia durante su encarcelamiento.

Muchos niños necesitan que sus cuidadores los inciten a mantener contacto con su progenitor encarcelado. Algunas ocasiones son especialmente apropiadas para esto, como sacar fotos en eventos escolares, cumpleaños del padre y festividades. Es aconsejable mantener un calendario con estas fechas especiales, que debe ser colocado en un lugar donde el niño lo pueda ver y alcanzar.

Los progenitores encarcelados pueden precisar ayuda para comunicarse con sus hijos. Los miembros de la familia pueden colaborar recordándoles los cumpleaños e informándolos sobre los intereses del niño, pudiendo también hacerles saber sus verdaderos sentimientos y pensamientos. Si la relación entre la persona privada de libertad y los cuidadores de su hijo es tensa, el progenitor encarcelado puede también pedir “permiso” para escribir o para escribir más a menudo.

Cómo los padres encarcelados pueden colaborar con la correspondencia

Algunos consejos o comentarios en relación a esto son:

- A los niños cuyos padres están privados de libertad, generalmente les gusta recibir cartas de sus padres. Es probable que no respondan rápidamente, pero no significa que estas cartas no son bienvenidas.
- Escribir con frecuencia, los niños más pequeños prefieren recibir muchas tarjetas y cartas cortas, antes que pocas cartas largas.
- Los presos pueden recortar y enviarles a sus hijos historietas, fotos de diarios y revistas.
- Escribir cartas con letras grandes de imprenta para que los niños puedan leerlas con facilidad.
- Los presos con talento artístico pueden realizar dibujos de dónde viven, trabajan, comen y hacen actividad física para ayudar a los niños a comprender su vida diaria.
- Algunos presos envían dibujos o bosquejos de personajes televisivos o de historietas populares para que sus niños los coloreen y se los devuelvan.
- Conseguir un cuaderno de actividades, como aquellos con dibujos sin terminar en donde el padre realiza una parte del cuerpo de un personaje y se lo envía al hijo, el niño lo continúa en su casa, se lo devuelve al padre y así sucesivamente, hasta terminarlo.
- Para los niños más grandes no hace falta hacer cartas con letras de imprenta o historietas, ellos precisan saber que están en el pensamiento de sus padres; razón por la cual es aconsejable enviarles notas y todo tipo de tarjetas. A algunos les gusta jugar al Ta-Te-Ti, al ahorcado y demás juegos que puedan ir y volver; otros crean versiones de crucigramas, sopa de letras, ajedrez, damas, o inventos basados en juegos modernos de computadora para enviarles a sus padres encarcelados.
- Hacer preguntas a los niños en las cartas; preguntar sobre la escuela, amigos, programas de TV, video juegos, mascotas y deportes.
- Averiguar si algún libro que el niño esté leyendo se puede obtener en la biblioteca carcelaria. Cuando los padres leen el mismo libro, surgen buenas conversaciones durante las llamadas telefónicas, las cartas y las visitas.
- Averiguar si el penal donde se encuentra alojado posee algún programa donde se pueda leerle al hijo grabando su voz en audio o en imagen.
- Alentar al hijo a enviar sus trabajos y los informes de progreso escolares. Es recomendable pedirle al niño que también envíe los trabajos en los que no ha obtenido buenas calificaciones, a fin de ayudarlo a través de cartas o hablándole de ello por teléfono.
- Recordar no ser duro o extremadamente crítico sobre el trabajo del niño, sobre sus dibujos o cartas, aunque desilusionen sus calificaciones o la frecuencia de sus cartas. Cuando sea preciso corregir o mostrar preocupación, es mejor enfatizar lo que está bien hecho tanto como lo que necesita mejorar.
- Aunque se desconozca dónde se encuentra el hijo, las cartas son devueltas o se solicita que no escriba, es recomendable escribir de todos modos. Las cartas escritas que no han sido enviadas pueden guardarse hasta que el niño las pueda leer; en ese momento el niño sabrá que estuvo en su pensamiento y que se preocuparon por él.
- Muchos padres encarcelados han tenido dificultades para aprender a leer y escribir en la escuela durante su niñez. De existir este inconveniente, se puede pedir ayuda a un amigo o consejero en quien se confíe para escribirle al hijo; también se puede averiguar si existen clases de alfabetización para adultos o familiares en el penal donde se encuentra alojado.

Comunicándose por teléfono o en la sala de visitas

En general, la comunicación entre padres e hijos no es fácil, aun sin las barreras del encarcelamiento. Los adolescentes y preadolescentes, quienes comúnmente pasan horas al teléfono con amigos, al momento de hablar con sus padres presos solo lo hacen por unos pocos minutos. En la actualidad, para muchos niños enviar mensajes de texto ha reemplazado a las conversaciones telefónicas, por lo que se vuelven impacientes en el momento de hablar con sus padres por teléfono. Para los presos y sus hijos, las

oportunidades para hablar son limitadas y encontrar temas sobre los cuales conversar, es un desafío. Los progenitores a menudo sienten la presión de hacer que las conversaciones valgan la pena, que sean valiosas y a su vez, pueden sentirse rechazados cuando el niño tiene poco que decir. En esta situación de tensión, los padres a menudo recurren a realizar muchas preguntas que los niños pueden sentir como intrusivas. Por otro lado, tanto los padres como los niños temen que hablar del mundo exterior los hará sentir incómodos.

Lo que realmente importa es que el padre escuche al niño, aunque el tema de conversación en sí no sea tan relevante. Las conversaciones telefónicas son positivas ya que son uno a uno.

Si más de un niño tiene que hablar, el primer niño tendrá que medir el tiempo en el teléfono para dejarle el turno a los otros pero mientras dure, la conversación entre el padre e hijo debe ser exclusiva; los niños lo valoran aun cuando hay otras personas escuchando detrás. Los padres pueden precisar ayuda para hacer funcionar estas llamadas. Algunas sugerencias para que los padres encarcelados consideren durante las comunicaciones con sus hijos son:

- No tener miedo de preguntar sobre la vida del hijo, el no preguntar les hará sentir que no hay interés o preocupación por ellos.
- Recordar que a los niños les gusta tener su privacidad, quizás no deseen revelar todo sobre sus vidas o lo vayan haciendo con el tiempo.
- Si los niños reaccionan como si se sintieran invadidos en su privacidad, es mejor no presionar ni insistir.
- Realizar cosas juntos pero estando separados. Por ejemplo, leer el mismo libro, planear ver el mismo programa de TV, practicar astronomía de aficionado y observar los cambios en la luna o las estrellas.
- Preguntar sobre el tiempo, deportes y música, temas que son parte de la vida diaria de la mayoría de los niños.

Recordar que si el teléfono del penal hace un sonido avisando que la llamada está por finalizar, algunos niños cortan la llamada en ese momento, en vez de esperar a que se corte solo unos segundos después, siendo ésta una manera de mostrar sus sentimientos ante una experiencia sobre la que no tienen control. Los padres pueden enojarse frente a esta situación; es importante que les hagan saber que les gustaría continuar hablando hasta el final, pero también decirles que entienden si prefieren culminar la llamada antes de que el teléfono del penal lo haga.

Juegos que ayudan a mantener la comunicación

Algunas cárceles tienen juguetes y juegos disponibles para las visitas. Un mazo de cartas puede confeccionarse dibujando corazones, espadas, bastos y diamantes, como así también con números y letras, sobre pequeños trozos de papel.

Se puede también inventar el comienzo de un cuento, hacer que el hijo lo continúe, lo devuelva y así sucesivamente hasta terminarlo.

Los juegos por teléfono pueden incluir adivinanzas, chistes apropiados para su edad o el “veo veo”.

En el caso de tener más de un hijo, hay que asegurarse de que todos tengan su turno cuando se juegue por teléfono o en la visita.

Imponer disciplina desde la cárcel

Intentar disciplinar a un niño desde la cárcel es una tarea difícil. Para algunas familias, esta situación

brinda alivio a los cuidadores y ayuda a mantener al padre encarcelado involucrado; para otras, provoca resentimiento y tensión en uno o ambos adultos. La mayoría de las familias considera que demasiado enfoque en la disciplina puede significar estar utilizando tiempo valioso de comunicación y deja a los niños sintiéndose dolidos y enojados.

Los padres encarcelados pueden ayudar a guiar o corregir el comportamiento de los niños, pueden escuchar sus sentimientos y charlar sobre las reglas y valores familiares, así como reforzar las consecuencias impuestas por los cuidadores y aconsejar sobre cómo manejar los problemas en el futuro.

Algunas veces el niño es llevado a la visita por los cuidadores tan sólo para ser reprendidos por el progenitor encarcelado. El cuidador a veces puede solicitarle al progenitor encarcelado disciplinar al niño por teléfono. Se debe ser cuidadoso y no utilizar el tiempo de la visita o telefónico únicamente para regañar al niño o para contar sólo aquellos malos comportamientos, ya que éste perderá interés en charlar con su progenitor, si cada vez que lo ve o lo escucha recibe un discurso o una reprimenda. Los padres encarcelados deberían resistir la tentación de sermonear al hijo comparándolo con sus propios errores y problemas con la ley; se debe hacer foco en que la conducta del niño se distinga del delito del progenitor. Los niños que pueden comunicarse libre y frecuentemente con su progenitor encarcelado también estarán más abiertos a ser regañados por ellos.

Promesas

Algunas veces, a falta de temas de conversación con los padres encarcelados, se conversa acerca de qué ocurrirá cuando el padre sea liberado y se reúna con el niño. Es maravilloso mantener viva la esperanza, pero las promesas sobre lo que el progenitor hará, comprará y obtendrá para el niño son sencillas de decir y difíciles de mantener. Las promesas desplazan la relación actual hacia un futuro incierto; los niños precisan ayuda para afrontar la realidad y no vivir en un sueño.

Cuando el niño no desea hablar o visitar a su padre

Hay momentos en que los niños no desean charlar por teléfono o ir a visitar a su padre encarcelado. No hay una receta para aplicar en estas situaciones. Existen muchas posibles razones por las que el niño no desea contactarse con el progenitor encarcelado, como ser una relación tensa entre el niño y su padre previo al encarcelamiento, un entorno penitenciario amenazante, incómodo o denigrante, un viaje estresante o aburrido hacia el penal o una revisión humillante y tediosa en el ingreso al centro penitenciario.

Estos son problemas que intervienen negativamente en el mantenimiento de la relación con los padres encarcelados, de manera que no es sorprendente que los niños algunas veces se resistan al contacto con ellos. Es importante observar si el niño se opone a las conversaciones telefónicas y las visitas ya que éstos pueden ser indicadores de la existencia de un problema en la relación con el padre. Si el niño sólo evita las visitas, quizás las características de éstas sean el problema. Durante la adolescencia, los niños tienen vidas ocupadas y tienen poco tiempo para sus padres, estén encarcelados o no. Algunas veces a los niños les disgusta ir al penal porque se sienten ignorados, sienten la tensión entre los miembros de su familia o se aburren durante la visita. Es recomendable no forzar a los niños a ir a la visita o a hablar por teléfono. Puede ocurrir que los cuidadores se agoten y no intenten motivar al hijo del padre encarcelado a comunicarse o acompañarlos durante las visitas, lo que genera que desde su perspectiva, el niño confirme que el contacto no era una buena idea después de todo.

Cuando los niños se resisten a mantener contacto con sus padres encarcelados

Es importante que el padre encarcelado le haga saber a su hijo que desea que lo visite o converse con él por teléfono alguna vez. Si el niño reacciona mal a este pedido, es recomendable no insistir sino intentar nuevamente en un par de semanas. El padre encarcelado no debe desalentarse, debe continuar pidiéndole al hijo que lo visite o lo llame, sin importar cuán rechazado se sienta.

Una excepción importante

A veces la resistencia del niño a contactarse es el resultado del abuso del progenitor; estos niños precisan contención emocional y profesional. Las visitas y las llamadas telefónicas podrían interferir en el tratamiento.

Es importante destacar que más de tres cuartos de los presos tienen antecedentes de adicción o abuso de alcohol y otras drogas. Los niños de los alcohólicos y drogodependientes pueden sentirse reconfortados al tener contacto con sus padres en la cárcel ya que probablemente se encuentren sobrios. Por otro lado, es posible que exista enojo y resentimiento que precisa ser resuelto antes de que ellos puedan confiar lo suficiente en sus padres para charlar o visitarlos.

Cuando los hijos no desean visitarlos sin dar razón alguna, los padres privados de libertad precisan buscar ayuda en los trabajadores sociales y amigos para enfrentar este rechazo. No es sencillo lidiar con el repudio de los niños; muchos padres no desean que les recuerden el daño que causaron, daño que pudo haber generado sentimientos de enojo por parte de sus hijos.

Existen presos que se centran en su propio dolor y no pueden reconocer el impacto que sus acciones tienen sobre los hijos. Por su parte, algunos niños que están enfocados en llevar adelante sus vidas no sienten la necesidad de mantener una relación con su progenitor encarcelado, mientras que otros luchan con conflictos de lealtad y sienten que mantener una relación con el padre encarcelado podría fastidiar al cuidador.

Paciencia, contención de la familia y amigos e información sobre cómo los hijos de los presos pueden afrontar el tema de la comunicación y las visitas ayudará en el proceso de manejar las decisiones relacionadas al mantenimiento de los lazos familiares con los padres encarcelados.

SOBRE LOS CONTENIDOS DE LA BIBLIOTECA

Los capítulos que forman parte de esta compilación pueden ser descargados individualmente y de manera gratuita del sitio web del Centro Nacional de Recursos para Hijos y Familias de personas encarceladas de la Universidad Rutgers Camden, nrccfi.camden.rutgers.edu.

Se permite y promueve su copia, siempre que se respete el material y no se utilice de manera comercial. El Centro pide disculpas por no contar con presupuesto para el envío de copias gratuitas.

Ante cualquier duda o comentario puede escribir a:

The Children of Incarcerated Parents Library a Rutgers University Camden, 405-7 Cooper Street, Room 103, Camden, NJ 08102-1521. Tel: 856-225-2718 / Fax: 856-225-6435.

AGRADECIMIENTOS

La Biblioteca sobre Hijos de Padres encarcelados fue inicialmente financiada gracias a una donación de la Fundación Robert Wood Johnson con apoyo adicional de la *Catholic Campaign for Human Development*, y por contribuciones del *Jack DeLoss Taylor Charitable Trust* y de la *Heidtke Foundation*.

Las organizaciones que nos patrocinan son:

- Alpha Phi Alpha Fraternity, Inc.
- Southern Region, Children and Family Networks.
- Hour Children.
- The National Practitioners Network for Fathers and Families.
- The Osborne Association.

Se extiende un agradecimiento especial a The Osborne Association, Nueva York, por permitir la revisión y publicación de material de sus folletos llamados: *How Can I Help?* (¿Cómo yo puedo ayudar?).

Para mayor información sobre *Stronger Together Handbooks* (2014), dirigirse a www.osborneny.org.

Traducción original: Maria Cristina Alvite (2008).

Traducción, revisión y edición: Maria Eva Dorigo (2015).

Colaboración: Mariana Morán.