

Hijos de Misioneros... Acompañándolos en sus Momentos de Pérdidas



Por Dr. Carlos Pinto

Hay tiempos para reír y tiempos para llorar, Eclesiastés 3:4

INTRODUCCIÓN

Anteriormente se pensaba que los niños no experimentaban momentos de depresión o desconsuelo porque eran muy pequeños para entender que estaban experimentando una pérdida emocional o material. Fue Ana Freud quien argumentó que en la niñez sí se tiene la capacidad de sentir emociones de tristeza, angustia o pesar cuando se viven pérdidas como: la muerte de un ser querido, la muerte de su mascota, y hasta la pérdida de un juguete o de amistades que fueron muy importantes para ellos.

PÉRDIDAS O DUELOS EN LOS HIJOS DE MISIONEROS

Al interior de la comunidad misionera nos hace falta seguir concientizándonos sobre la nueva postura de los especialistas en salud mental quienes nos indican que los momentos de pérdidas en los hijos no se deben subestimar. Cuando los padres no validan el dolor o pena que los hijos sufren, al haber experimentado una pérdida, provoca en ellos confusión al no comprender por qué los adultos no entiende el duelo que están experimentando lo cual aumenta su sentimiento de tristeza.

Recuerdo que en una familia, en uno de sus primeros viajes misioneros, los padres decidieron no llevar todos los juguetes de su hijo de 5 años. Para evitar pagar un sobrepeso, decidieron escoger unos cuantos juguetes y dejar los demás para los niños de la iglesia a la que asistían. Al llegar al país de servicio, desempacaron y el hijo notó la ausencia de algunos juguetes que para él tenían mayor significado que los que los padres habían traído. Como era de esperar el hijo entró en un cuadro de enojo y pena por estar en un país desconocido, donde su casa ya no era su casa, donde sus amigos ya no estaban y sus juguetes más preciados no los habían traído. Sus padres pensaron que este momento de desconsuelo pasaría rápido pero pasaron los años y el niño no olvidó ese difícil momento de pena. Y cuando el niño llegó a la adolescencia reclamó a sus padres el hecho de no haberle preguntado a él qué juguetes eran más importantes llevar, y por no haber entendido la gran pena que sintió por este incidente.

ETAPAS DE DUELO EN LOS HIJOS

Los niños como los adultos experimentan algunas emociones comunes cuando experimentan una pérdida. Es común que sientan enojo, tristeza, niegan el hecho o intentan cambiarlo, hasta que finalmente aceptan, asimilan la pérdida y reorientan su vida a un estado "normal". En nuestra cultura Latinoamericana y adulto-céntrica los padres evitan el dolor a sus hijos, en algunos casos extremos, hasta consideran ocultar la muerte de un ser querido a los hijos pequeños para que no sufran.

Dios no lo quiera pero es posible que el deceso de un familiar se pueda dar cuando la familia misionera está en el campo y lógicamente la distancia impide que se participe en el culto memorial o en los servicios fúnebres. Si esto sucede es importante no ocultar al niño lo sucedido "para evitarle el dolor" eso sería un error; por el contrario, use esa oportunidad para enseñar al niño o niña sobre la vida y la muerte. En ocasiones como estas se puede enseñar a los hijos que cuando se pierde a alguien o algo nos provoca tristeza o enojo, y que es necesario expresarlo y decírselo a sus padres para que ellos los consuelen.

Emociones similares experimentaran los hijos de misioneros cuando sus padres los cambian de una escuela a otra por diversas razones. El dejar de pertenecer al grupo de amigos con quien jugaba o socializaba provoca también sentimientos de pérdida. Es necesario y es de ayuda hablar sobre estos temas en la niñez o adolescencia en forma concreta y de acuerdo a la edad de los hijos. Es importante tener en cuenta que muchas veces los menores de edad no expresan en palabras el estar tristes o deprimidos, muchas veces lo manifiestan a través de comportamientos agresivos que antes no habían mostrado.

El identificar la edad del niño cuando experimenta una pérdida, ayuda a entender la manifestación de su pena. Mientras es más pequeño, el niño podría asociar la pérdida con un error cometido. Por ejemplo, una familia misionera había regalado una iguana como mascota a su hijo pequeño y habían llevado al animalito de un país al otro, pero llegó un día en que la iguana murió. El hijo lloraba desconsoladamente y le decía a la madre que la iguana había muerto porque él no supo cuidarla bien. Esta es una reacción normal en el mundo del infante por estar en una etapa donde el cree que todo gira alrededor de él y que todo lo bueno o malo es causado por él. En situaciones como estas es importante que los padres reciban el llanto o desconsuelo del hijo, pero que a la vez puedan ayudarlo a entender que no tiene que culparse, excusarlo es muy necesario con una explicación realista, objetiva y concreta.

CONSIDERACIONES

1- Pregúntense que significado tenía lo perdido (persona, objeto, mascota, relación) para su hijo y considere esta dimensión al validar sus sentimientos y al consolarlos.

2- Evalúe si su hijo o hija paso por un evento similar de perdida anteriormente y pregúntese cómo asimiló o no el evento anterior y entienda que si la perdida anterior no fue superada es normal que la perdida nueva la sienta más intensa y requerirá más paciencia de usted.

3- Sea consciente que cada hijo de acuerdo a su edad y a su personalidad reaccionara de diferente manera a la misma perdida, cada uno vive su proceso de pena, desconsuelo, enojo y aceptación en forma diferente.

4- Acepte el dolor, pena o enojo que el hijo sienta y ayúdele a entender que es normal esta reacción pero que será temporal y que es importante que hable sobre ello para que pueda en su tiempo sobreponerse a este momento.

5- Explique que la vida de la familia misionera implica viajar, dejar su país para ir a vivir en otros lugares lejos de la familia, amigos, etc. Y que la razón es mostrar el amor de Dios a otras personas lo que causa dolor pero también alegrías como el conocer muchos lugares diferentes y conocer mucha gente nueva cada vez que se mudan. *Cuán hermosos son los pies de los que anuncian el evangelio de la paz, que predicán el evangelio* (Romanos 10.15) Los hijos de misioneros no son súper-niños que no sienten pena por los cambios y perdidas que experimentan en la vida misionera. Por el contrario, los hijos de misioneros están expuestos muchas veces a más cambios y perdidas que los niños que viven en su propio país con sus familias en un ambiente más estable. Por esta razón sus padres requieren informarse sobre cómo sus hijos enfrentan sus pérdidas y viven su duelo para poder acompañarlos en forma apropiada, recibiendo sus expresiones de pena y enojo mostrándoles que ustedes están allí para protegerlos y aclarar cualquier confusión que puedan tener.

Dr. Carlos Pinto correo: carlospintopi@gmail.com
Psicólogo clínico y de familia

Cuidado Integral del Misionero

COMIBAM INTERNACIONAL

Mayo 2017