

# VAMOS



SIM

¡Ahora nos toca a nosotros!

DICIEMBRE 2023 N° 108

# Regresando *a casa*



Reingreso  
del misionero

Desde el escritorio del equipo VAMOS...

## Expectativas no expresadas

De todos los momentos de ser misionero, quizás el tiempo de regreso es lo que se comprende menos

**Desde el punto de vista de los misioneros** – no pensamos en regresar, al contrario, nos ocupamos en todo lo que implica salir al campo misionero. Entonces, no nos preparamos en cómo salir del campo y regresar a casa. ¡Muchas veces, no sabemos cuán difícil será! A veces, ni sabemos lo que necesitamos, sentimos que debemos cumplir con todas las expectativas de otros y no cuidamos de nosotros mismos.

**Desde el punto de vista de la iglesia** – hay expectativas por hacer una gira de visitas, que retomemos ministerios, o que seamos santos perfectos con todas las metas cumplidas en el campo, cuando la realidad es que estamos cansados y tememos decepcionar a quienes nos han ofendido.

**Desde el punto de vista de la familia** – nos han extrañado y nos quieren, pero piensan que vamos a ser las mismas personas que cuando salimos, y ya no lo somos. Esperamos lindos momentos juntos, pero van a requerir casi todo nuestro tiempo. ¿Acaso van a entender cuando tenga que visitar otros lugares para dar informes o cuando quiero solo descansar?

**Desde el punto de vista de la agencia misionera** – hay informes y chequeos, y a veces no son cosas que queremos hacer en el momento que los líderes quieren.

Tenemos sentimientos encontrados, felices de estar en casa de nuevo, pero no es igual. Hay muchas personas nuevas en la iglesia que no conocemos. Sentimos culpa de no estar en el campo y por no cumplir con todas las expectativas no expresadas de todo el mundo.

Estamos agotados en maneras que muchos no pueden entender, y aun si tuviéramos palabras, no sentimos que quieran saber lo que sentimos.

Queremos descansar, ser escuchados de verdad, reírnos mucho, poder llorar también, celebrar las maneras como Dios nos usó y evaluar qué quiere Él para nuestros siguientes pasos.

En esta edición, hablamos del regreso de los misioneros, del apoyo para ellos y a sus iglesias en este tiempo tan importante.

Chris

## EQUIPO VAMOS

Directora: Christina Conti  
ezine.editora@sim.org

Jessica Bastidas

Ruth Huarote

Evelyn Subuyuj

Merari García

Luigi Sarmiento

Geraldine Velasquez

Ruth Lévano

VAMOS es una revista con pasión por las misiones. Queremos reflejar la voz de los obreros que se encuentran en el campo y la realidad de la Iglesia latina.



## En la portada

En este tiempo, queremos descansar, ser escuchados de verdad, reírnos mucho, poder llorar también.

Foto de portada: Una familia quien ha servido en la India y Tailandia visita a sus iglesias en Honduras.

Cruzando barreras para alcanzar con amor a aquellos que viven y mueren sin Cristo

# SIM

Sociedad Internacional Misionera

Oficina de Latinoamérica

Director: Gio P

director.latinoamerica@sim.org

SIRVE CON NOSOTROS

Es la Iglesia quién envía con todo el apoyo en oración, emocional, espiritual y financiero.

Escríbenos a:

[sim.preguntas@sim.org](mailto:sim.preguntas@sim.org)

[www.misionessim.org](http://www.misionessim.org)

Para dar una ofrenda:

<https://misionessim.org/da-la-obra>



/SIMlatinoamerica



SIM Latinoamérica



@simlatinoamerica

## Tema: Regresando a casa diciembre 2023

### TEMA **Principal**

No son vacaciones .....	4
Términos importantes .....	5
Las agencias misioneras acompañan.....	10
FINANZAS están conectadas al cuidado.....	13
Debrief: Procesando lo vivido.....	16
Retorno del misionero.....	20

#### TEMAS para



Son los mismos y a la vez no lo son .....	6
Ideas prácticas para recibir a tu misionero .....	7
¿CÓMO SE SIENTEN?.....	8
Ayuda a tu misionero.....	9
La Iglesia local es un puerto .....	11
Prácticas para recibir a tu misionero .....	14
Ayudando al misionero a reintegrarse .....	15
¿Cuál es el problema?, sólo vuelvan a casa.....	17
Ayudémoslos a sanar el corazón .....	19

#### TEMAS para



#### misioneros

Sus hijos los necesitan.....	35
Tus hijos observan todo.....	36
Ayudando a los adolescentes .....	36
Prepara a tu familia para el regreso .....	37
Creando un álbum .....	37

#### TEMAS para



Yendo a "casa".....	21
Asuntos prácticos que atender antes de partir .....	22
Planeando el regreso a casa .....	23
Terminando bien .....	24
No quería dejar a las personas que tanto amo.....	25
TODO ha cambiado .....	27
Buscar ser vulnerables.....	28
Te toca hacer un "debrief" .....	30
Situaciones y sentimientos comunes .....	31
Maneja el choque de reintegrarte...32	
Trampas que evitar .....	33
Commúnicate bien .....	34





## Regreso del campo misionero: **No son vacaciones**

Foto/pchere.com

Algunas agencias misioneras usan la palabra “licencia” y otras “asignación a casa” (Home Assignment en inglés) para clarificar las ideas erróneas sobre el tiempo de regreso al país de origen.

Aunque debe incluir tiempos de descanso, este corto plazo en su país natal para luego regresar al campo misionero también requiere mucho trabajo e informes.

Mientras reconectarse con amigos y familia es agradable y probablemente haya tiempos para relajarse, no son vacaciones. Por esta razón hacer un ministerio distinto en casa, se le dice asignado. Sigue sirviendo en el trabajo misionero, pero la ubicación cambia.

La asignación a casa o el tiempo de licencia es cuando vuelves a tu país y se da por los siguientes motivos:

**INFORMAR.** Es una oportunidad para que el misionero comparta con su iglesia local, iglesias adoptivas y con su equipo de apoyo lo que Dios ha hecho con la participación de ellos en la obra. También es necesario compartir las necesidades que existen de orar, ofrendar e ir.

**EVALUAR y PROCESAR.** Un misionero necesita tiempo para evaluar y procesar lo experimentado en el campo, también necesita conversarlo honestamente con personas que saben escuchar.

**TRATAMIENTO MÉDICO.** Siempre es bueno tener un chequeo médico y actualizar las recetas médicas, visitas al dentista y/o oftalmólogo.

**PREPARARSE.** Tiempo para estudiar para su desarrollo intelectual o ministerial.

**DESCANSO.** Un misionero necesita descansar, junto a su gente, cultura e idioma.

**MOVILIZACIÓN.** Un misionero puede animar a otros a ser parte de la Gran Comisión.

**Después que los discípulos regresaron de su viaje evangelístico y reportaron lo que hicieron, ellos estaban abrumados. Jesús les dijo, “Vengan conmigo ustedes solos, a un lugar apartado, y descansen un poco” (Marcos 6).**



**El reingreso saludable es una responsabilidad compartida entre los misioneros, la agencia misionera y la iglesia local. Cada uno tiene un papel único que desempeñar en el restablecimiento de los misioneros retornados.**

# Términos importantes

**¿Qué término usan las agencias para el tiempo de regreso de un misionero?**

- Tiempo de descanso y visita a las iglesias
- Retorno o visita a casa
- Renovación de apoyo misionero
- Licencia
- Reingreso
- Sabático
- Asignación a casa
- Vacaciones o tiempo de descanso
- Furlough

**“Usamos el término licencia para el tiempo de regreso de un misionero. Pensamos que sería más entendible para todos. El problema con esta palabra es que sugiere que es tiempo de vacaciones, ¡mientras no lo es! Creo que tendremos que repensarlo”.**

*Ruth Turner, cuidado integral de Latin Link*

**¿Qué termino usa tu agencia para el tiempo de “debrief” en español?**

- Evaluación, reportar, procesar desahogo,
- Debrief – casi todos usan
- Un tiempo de fortalecimiento emocional y espiritual
- Retroalimentación con escuchar activamente
- Tiempo de desahogo, y de procesar la experiencia misionera

**“No estamos evaluando al misionero en un debrief, ya que es un espacio donde ellos pueden procesar, reflexionar, desahogarse y proyectar para el futuro”.**

*Ruth Turner, cuidado integral de Latin Link*



## ¿Pueden los misioneros ser sinceros?

A menudo, los misioneros temen compartir sus luchas o su dolor porque podrían ser juzgados o se les pediría que regresen a casa. Hay que tener valor para ser realista frente a expectativas poco razonables.

Para que los misioneros sean sinceros, las iglesias deben permitirles ser plenamente humanos. He aquí algunas maneras de hacerlo:

- Permite que los misioneros experimenten dificultades. (Estás apoyando a personas reales que son tan susceptibles al pecado y a la debilidad como cualquier otra persona).
- En confianza, haz preguntas personales con intenciones amorosas.
- Ofrezca un lugar seguro en el cual puedan expresar sus fracasos y encontrar ayuda compasiva.



**“EL REINGRESO es cuando un obrero transcultural regresa a su país de envío. No es un evento, es un proceso”.**

*Alexandra Mantilla, sirvió en la oficina de FEDEMEC en las áreas de Envío y Cuidado Integral*

para la  
IGLESIA

## Son los mismos y a la vez no lo son

El tiempo pasa más rápido de lo pensado y antes de que nos demos cuenta, nuestro obrero está de vuelta. ¡Cuánto gozo trae a la iglesia al recibir de nuevo a un miembro de la familia! Sin embargo, debemos tener presente que quienes regresan, no son las mismas personas que salieron.

Han aprendido, han crecido y han experimentado muchas cosas que los han marcado.

“El apoyo pastoral es necesario también cuando los misioneros regresan a sus hogares. Vuelven a su cultura de origen y a veces quedan tan consternados como cuando llegaron la primera vez al campo de labor”, dice Rudy Girón, expresidente de COMIBAM Internacional. El proceso de retorno no es fácil; así que, no debemos sorprendernos que estén emocionalmente sensibles o confundidos.

“Necesitamos sintonizar nuestro corazón, actitudes, palabras, expresiones, miradas y expectativas. NO a lo que nosotros sentimos sino a cómo ellos necesitan ser recibidos”, dice Claudia Bustamante, autora de Cuidado Integral. Pregúntales, conversen, qué prefieren hacer, qué les gustaría. No dejen de recibirlos en el aeropuerto y hacerles saber que el tiempo sí pasó pero ustedes siguen estando allí, queriéndolos como el primer día.

“Cuando el obrero vuelve a su país necesita ser escuchado. No solo cinco minutos en un culto del domingo, sino en varias oportunidades. El misionero necesita contar sus historias a las personas interesadas. Hay que hacerle sentir que la obra no es solo de él, sino de toda la iglesia y la agencia. El ser escuchado ayuda al misionero a procesar sus experiencias y a aprender de ellas”, dice Mario Loss, quien sirvió en Uruguay.

Ron y Bonnie Koteskey, autores de Regresando a casa dicen: “La transición del retorno”, que el proceso de readaptación de los misioneros dura semanas o incluso meses, durante los cuales ellos se sienten como extranjeros, como si todavía no estuvieran “en casa”.

Es por eso que obtener el apoyo por parte de quienes los reciben es fundamental. La comprensión, amor y las ganas de escuchar son necesarios cuando recibimos de vuelta a nuestros preciados obreros.

**"Los primeros dos meses o mínimamente un mes a su retorno, pedimos no hacer nada ministerial. Es un tiempo de descanso y estar con la familia. Un mes antes del retorno, tampoco debe realizar visitas".**

*Pastor Jony Marca en Bolivia*



## Necesitan tiempo

Proveen de un tiempo de descanso total al misionero, mientras se aclimata y retoma el nuevo horario.

- Si es posible consideren regalar como iglesia algunos días de vacaciones en un lugar de la preferencia del misionero.
- Procuren no programar visitas a otras iglesias en el primer mes.
- Las familias de la iglesia pueden invitar a comer o a cenar al misionero en las primeras semanas de su regreso.
- Recuerden que el misionero necesita tiempo de recreación, así que, provean de actividades recreativas que le relajen.

*Pastor Armando Lagunes de la Iglesia Dunamis en México*

# Ideas prácticas para recibir a tu misionero

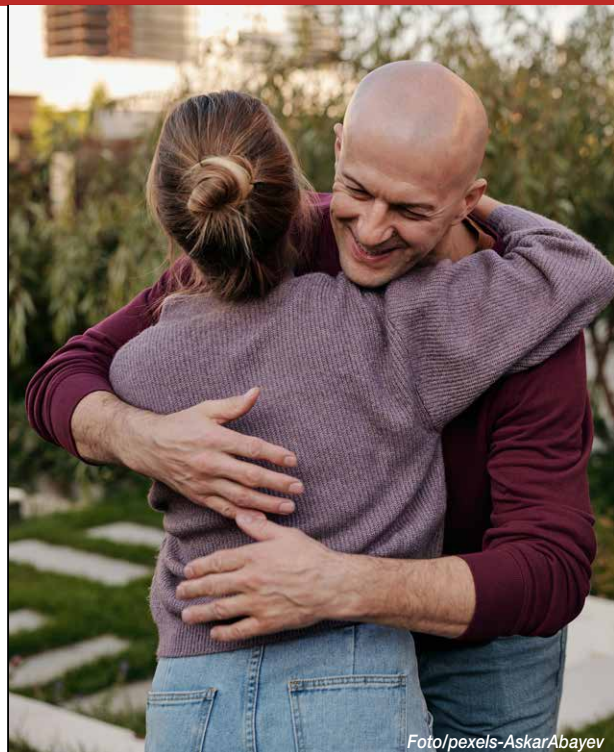
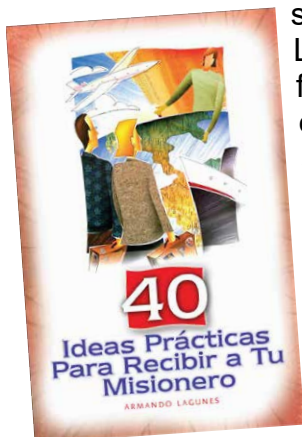
Hay tres principios bíblicos básicos para hacer de su regreso todo un éxito:

- 1) Mantenernos en contacto con ellos durante su estancia en el campo (ver Salmos 54:4; Proverbios 25:25 y Filipenses 4:10).
- 2) Vestirnos con amor para con ellos de la misma forma que lo hicimos cuando partieron (ver Colosenses 3:12-17). A pesar de los cambios en ambos, teníamos que arriesgarnos a expresar nuestro amor, aunque en el intento cometiéramos algunos errores (ver Proverbios 10:12).
- 3) Movilizar a toda la iglesia a participar como cuando lo hicimos en la fase de envío, con ideas, sugerencias y recursos (ver Proverbios 11:14 y Hechos 4:32).

La expectativa que genera el regreso de un ser querido es bastante alta, por tanto, deben estar listos para hacer de su reingreso un momento inolvidable.

La multitud mostró dos actitudes fundamentales gozo y expectación, con ellas manifestadas para su misionero, su reingreso será una fiesta exitosa.

*Pastor Armando Lagunes, de la Iglesia Dunamis en México, en su librito "40 Ideas prácticas para recibir a tu misionero" que nos ofrece en <https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/40-ideas-practicas-para-recibir-tu-misionero>*



Foto/pexels-AskarAbayev

**"Sin duda que el misionero extraña el compañerismo y la adoración con su iglesia. Permitirle participar de los cultos y del trabajo local será un refresco para su vida y un tiempo para aprender más. Además, tiene muchas cosas que contar de lo que vivió en el campo que harán crecer a la iglesia y renovar su visión misionera. Es necesario abrirle espacios donde pueda participar de la vida de la iglesia local".**

*Pastor Armando Lagunes, de la Iglesia Dunamis en México*

**"Algunos creyentes relacionan misiones con turismo. Piensan que el trabajo misionero es fácil y divertido. Estas personas olvidan muy pronto lo cansado que son los viajes.**

**Olvidan la presión que genera el tratar de llenar las expectativas. Olvidan que vienen de países donde la opresión espiritual es mayor.**

**Olvidan que los años fuera de su país y el cúmulo de emociones desgastan. Si Jesús ordenó a sus discípulos descansar, creo que ustedes deben obedecer el mandato en relación con su misionero".**

*Pastor Armando Lagunes de la Iglesia Dunamis en México*



**BPN (Bienestar para Las Naciones)**  
[www.facebook.com/bpnmexico](http://www.facebook.com/bpnmexico)

para la  
IGLESIA

## ¿CÓMO SE SIENTEN?

**PÉRDIDA Y CONFUSIÓN** - La mayoría de los misioneros que regresan, tenían compañeros de equipo que llegaron a ser como familia y relaciones locales que definían sus actividades diarias. También perdieron la conexión al grupo de personas que aman y desean verlos con urgencia transformados por la gracia y la salvación de Cristo.

También están adaptando su sentido cultural de la normalidad. Un misionero explicó: "Te conoces a ti mismo, pero aquí no te conoces".

A menudo buscan un propósito. Después de dedicar gran parte de sus vidas y energías en las misiones, ¿Cómo siguen adelante? ¿Cómo les ha servido el tiempo que han pasado en el campo? ¿Qué opciones profesionales les convienen ahora?

Al mismo tiempo, las sugerencias y consejos sobre lo que deberían hacer en adelante, pueden aumentar su estrés. Un obrero confesó: "Fue difícil oír a algunas personas sugerir ideas de inmediato. Estábamos tensos y no en buenas condiciones para tomar grandes decisiones".

**ESPERANZA** - Les reconforta estar rodeados de personas que los quieren. Ellos aprecian el tiempo de vida para compartir con sus amigos y familiares. Se sienten bendecidos al disfrutar de nuevo la adoración congregacional y al ver que la Iglesia responde a su familia con amor y aliento.

### CÓMO PUEDES AYUDAR

**ORA** - Ora por la adaptación de su familia. Ora por los amigos, compañeros de equipo y el grupo de personas que dejaron atrás. Ora por sus decisiones y su futuro. Diles que oras por todas estas cosas.

**REGALA COSAS CONCRETAS** - Hay cosas prácticas que ayudarán a la familia misionera en su transición. Su iglesia puede alentar y pagar una sesión para el reporte formal. Esto le dará a la familia las herramientas que necesitará para procesar adecuadamente, llorar y celebrar sus experiencias en el campo.



Foto/pexels-ChristinaMorillo

También puede preguntar qué cosas físicas necesita la familia. Por lo general, cuando los misioneros regresan, carecen de la mayoría de los muebles y suministros domésticos estándar que necesitan para crear una vida normal. Puedes ayudar con los gastos de mudanza e instalación y con el trabajo físico. Ofrecete a cuidar de los niños para que los padres tengan tiempo de hablar y planificar. Ofrezca actividades normales, como salir a cenar o ver una película.

**ESCUCHA** - Ruth Van Reken, misionera retornada, explica: "Consolar es simplemente reconocer la pérdida, validar su realidad y dar a la persona espacio para que se aflija adecuadamente antes de presionarla para que la supere".

Pregúnteles sobre su vida en el campo, sobre las cosas cotidianas y los momentos decisivos, y luego permíteles hablar. Dale la oportunidad de recordar, reír y llorar. Reserva tu impulso deliberado de arreglar la situación.

Evita comentarios como: "¡Seguro que te alegras de estar en casa!". En muchos casos, ya no se sienten como en casa y la transición es más dura de lo que esperaban.

**NO JUZGUES** - Es fácil juzgar si debieran haber hecho algo de otra manera, pero sencillamente no lo sabes. De todos modos, ya no pueden cambiar nada. Recuerda que Dios se mueve de maneras que pocas veces comprendemos.

**IMPULSA A SEGUIR AVANZANDO** - Los misioneros retornados necesitan paciencia, gracia y libertad para afligirse y celebrar lo que han dejado atrás.

Dios puede usar y usará lo que han aprendido y logrado para Su Reino. Su viaje aún no ha terminado.

*Carla Williams, sirviendo con el Equipo de Expansión*

# Ayuda a tu misionero

## Recomendaciones para la Iglesia que recibe a los misioneros

- Como iglesia es importante que cobijen a esa persona, a ese misionero que acaba de llegar, que le hagan sentir que no está solo, que simplemente están ahí para él, permitirles crear espacios seguros para poder hablar y desahogarse.
- Dar un tiempo para ellos, no queramos que empiecen a servir y servirque realmente sea un tiempo de descanso, un tiempo de reconectarse con gente que hace muchos años no se reconectaban.
- La reconexión es super importante, pero ayuda mucho no saturar su agenda con mucha gente día a día compartiendo todo el tiempo.

## Las dificultades para readaptarse a la cultura de origen se atribuyen a múltiples factores:

- Los retos físicos de la mudanza y la instalación a un nuevo hogar.
- El trastorno emocional que llevo despedirse de los amigos y compañeros de trabajo de toda la vida.
- Adaptación cultural al trasladarse de un país a otro.
- Las presiones económicas de un cambio de trabajo
- Desafíos espirituales para discernir la voluntad de Dios.
- Pérdida o redefinición de la identidad



Foto/pexels-LizaSummer

## ¿Quién soy yo cuando no estoy sirviendo?

Para los misioneros, uno de los retos de su reingreso es redescubrir su identidad y cómo expresarla en su comunidad de origen.

El apóstol Pablo afirmó que su identidad principal no se encontraba en su herencia familiar, su etnia o su nacionalidad (Fil. 3:5). Por el contrario, estaba en Cristo, que le permitía adaptarse y conformarse a todo tipo de personas por la causa del Evangelio (1 Co. 9:19-23).

Quizá la pregunta más significativa para los misioneros sea: "¿Dónde está Dios en esto?".

Para muchos misioneros que regresan, la experiencia de aflicción y pérdida en el reingreso puede verse agravada por la pérdida de conexión con Dios.

El objetivo de todo el proceso de reingreso es ayudar a las familias misioneras a fortalecer su identidad en Cristo y animarlos a expresarlo de formas nuevas y significativas en su comunidad de origen. Restaurar las viejas conexiones puede llevar tiempo y estar lleno de desafíos, pero el proceso de traer a los misioneros a casa de forma saludable, no sólo afirmará su papel e identidad, sino que expresará de manera significativa la identidad de una comunidad en Cristo.

*Tomás Kimber, quien sirvió con ReachGlobal*



Foto/pexels-shrives

# Las agencias misioneras acompañan al obrero y a su iglesia

Estas son las formas como las agencias pueden ayudar a los misioneros retornados.

**Comunicarse con frecuencia.** Informe a los misioneros sobre las políticas y procedimientos de la agencia en el proceso de transición. La comunicación constante es uno de los medios críticos para aliviar el estrés, reafirmar el valor de los misioneros para la agencia y construir la confianza en una etapa inestable.

**Proporcione información sobre los retos del reingreso.** Los seminarios de formación, la literatura y escuchar las experiencias de otros misioneros quienes han experimentado un reingreso son útiles. Ayúdalos a equilibrar su tiempo en casa con visitas, informes, descanso, así como con la formación continua necesaria.

**Los cuidadores deben mantener el contacto** con los misioneros durante toda la transición. Al brindar atención, recuerde cuidar a toda la familia.

**Ayude a los misioneros a formular un plan** para sus próximos pasos. ¿Qué harán a su regreso? Si continúan en la agencia, ¿Cuáles serán sus responsabilidades? ¿Cómo cambiará su presupuesto?



Foto/pexels-AlinaVilchenko

## Proporcione reportes.

Dependiendo de la necesidad del trabajador, cree espacios para discutir el ministerio, la salud emocional y espiritual. Si es necesario, sugiera otros momentos para realizar reportes con consejeros o líderes de la iglesia.

**Camine con la iglesia local** de los misioneros proporcionando información y orientación sobre los desafíos únicos del reingreso.

**Reciba la evaluación** de los líderes del campo y hable con el misionero y su iglesia.



Foto/pexels-Khoa V6

**“Mi organización no ofreció ayuda cuando regresé. Sentí que verdaderamente necesitaba ayuda de personas que realmente entienden las presiones de la reentrada y los síntomas del agotamiento. ¡Qué vital es el apoyo y el informe en el período posterior al retorno a casa!”**

*un misionero intercultural*

## De 3 a 5 meses

Después de un servicio de 3 años en el campo misionero, la duración de una licencia promedio es de 3 a 5 meses, pero dependerá de conversaciones entre la iglesia que envía, el obrero, la agencia misionera, quienes evaluarán las necesidades de la familia misionera y el ministerio.



Foto/pexels-sivets

# Lo que necesitamos

*Algunos misioneros dan sus consejos sobre lo que la iglesia podría hacer para ayudar al misionero en su proceso de reintegración.*

"Deben ser más sensibles a la situación que el misionero está viviendo. Tratar de darle acompañamiento y guiarle en los pasos a seguir para que no se sienta solo".

*Karla, misionera de SIM que sirvió en Asia*

"Apoya a tus misioneros en todos los aspectos: necesidades, emociones, capacidades y demás, sin olvidar y estar conscientes que un misionero cuando llega del campo viene con una visión mucho más amplia de la que uno tiene en su propio país... Entiendan que se ha perdido de muchas cosas que han pasado, y que muchas veces puede ser que ignore los hechos".

*Leopoldo,*

*misionero sirviendo en un país de acceso cerrado*



*Un pastor preguntó a un misionero en confianza: "¿Qué es lo más importante que una iglesia podría hacer por ustedes?". Él respondió:*

**"Asignar a alguien para que nos haga un seguimiento, para ver cómo estamos y qué necesitamos. Para que no nos dejen solos".**

Foto/pexels-LeighPatrick



## La Iglesia local es un puerto

Una iglesia local debe ser un puerto donde los misioneros puedan zarpar hacia sus viajes al extranjero. Con el propósito que la iglesia local sea el principal remitente y sustentador de sus misioneros. Una iglesia local también está destinada a ser un puerto seguro donde los misioneros puedan regresar.

La falta de curiosidad para hacer preguntas profundas y escuchar de verdad puede parecer indiferente.

Creo que el paso más significativo para representar un puerto es tomar conciencia compasiva de la necesidad. Los misioneros retornados "han salido por amor del nombre" (3 Juan 7). Harás bien en honrarlos tomando interés por sus viajes. Si no puedes hacer otra cosa, invita a los misioneros a comer, pídeles que cuenten su historia y escúchalos con atención.

Yo animaría a tu iglesia a ir más allá. Reúna a un equipo de personas para ofrecer las tres cosas que más necesitan los misioneros retornados: planificación, presencia y provisión.

**PLANIFICACIÓN** - Preparar las formas donde la iglesia puede ayudar antes del regreso de los misioneros (alojamiento, cuidado de los niños, transporte, apoyo financiero, etc.).

**PRESENCIA** - Estar con ellos, relacionarse con ellos a través del reporte. (procesar verbalmente sus experiencias y emociones).

**PROVISIÓN** - Atiende a sus necesidades en la medida de sus posibilidades. Estas son las características de la hospitalidad de un puerto seguro.

*Bradley Bell fue misionero y ahora pastor*

### Revista recomendada

**Cuidado Integral**

Conoce más en  
<https://misionessim.org/la-revista/cuidado-integral-del-misionero>





## "Nunca nadie había hecho esto por mí"

En el proceso de retorno de un obrero, hemos podido encontrar formas de acompañarlos y sobre todo movilizar a la congregación para que pueda ser parte en la obra cuidando del obrero de muchas formas sencillas.

Los Proyectos NUN desde el 2019, se enfoca en cuidar y acompañar en lo posible a los obreros en cada etapa de su servicio.

En una de las primeras oportunidades acompañando a una misionera que sirvió por muchos años en Asia y que había retornado a Perú después de la pandemia, permaneciendo por meses aquí, y luego que Dios había abierto las puertas de un nuevo campo: África.

Le hicimos la sencilla pregunta: ¿Qué necesitas?, ¿cómo podemos apoyarte? Ella mencionó que le gustaría reunirse con un grupo de damas amigas, para que ellas pudieran en su ausencia ser el equipo de transmisión de sus noticias y oración en Perú. Así que organizamos ese encuentro y entre una taza de café y una hermosa charla, conocimos más de Carmen, sus desafíos al ir a un nuevo campo y continente, y algunas otras necesidades como: la falta de maletas, medicinas esenciales para llevarse, o incluso detalles peruanos para regalar al equipo en África, así que se compartió con el grupo NUN y así pudimos cubrir todo.

Además, pudimos acompañarla a visitar iglesias y amistades, y antes de partir organizamos la despedida con sus hermanas y los que habían sido sus compañeros de batalla cuando estuvo en Asia. Ese día sus palabras marcaron mi corazón, ella dijo: "En todos mis años de servicio, nunca nadie había hecho esto por mí".

Yo sentí estas palabras como la voz de Dios confirmando que este era mi lugar en la obra y que en ese momento todos los que participamos de cada detalle para ella, viajamos JUNTO CON ELLA hasta Costa de Marfil.

El día que Carmen partió a su nuevo campo misionero, tuve la bendición de acompañarla al aeropuerto, como aún estábamos en tiempo de pandemia no podíamos entrar al mismo aeropuerto, por eso muchos en la iglesia se quedaron con las ganas de acompañarla físicamente. Verla entrar por la puerta de embarque me hacía pensar, esta tarea no acabó aquí, más bien comenzó la aventura que Dios nos tiene preparada para ella como frente de batalla y a nosotros como fuerte.

Que privilegio poder servir, mimar y acompañar a esta obrera de Dios. Dios nos usa para que no se sientan solos y para que podamos nosotros ser parte de la OBRA DE DIOS en el Perú y el mundo.

Mi más grande deseo, es poder seguir animando a más personas para sostener juntos la cuerda de los que bajan al pozo y ser

cada vez más congregaciones unidas con el mismo fin, porque somos un mismo cuerpo.

**Pamela Del Campo,**  
directora de NUN



Un pensamiento equivocado es que el misionero solo debe ser sostenido mientras está en el campo, porque al regresar no está haciendo el trabajo misionero.

## FINANZAS están muy conectadas al cuidado integral

- Es un estrés continuo levantar y mantener su apoyo financiero.
- Se sienten mal por tomar tiempos de descanso o vacaciones porque alguien está apoyándolos económicamente.
- Falta de entendimiento/juzgar: lo hacen sentir mal por el presupuesto real.
- Un regalo o detalle es muy apreciado. (Ej. un descanso, en algo que nunca gastarían, una comida, una visita, etc.)
- Las iglesias deben acompañar sus palabras con un compromiso mayor con las finanzas.



### El apoyo financiero post retorno

El apoyo financiero en las iglesias de Latinoamérica parece ser un tema un poco difícil de llevar, pero que con los años estamos aprendiendo a ser mejores mayordomos y siervos en las misiones de Dios.

Ahora, ¿una vez que el misionero regresa a casa, deja de ser apoyado?

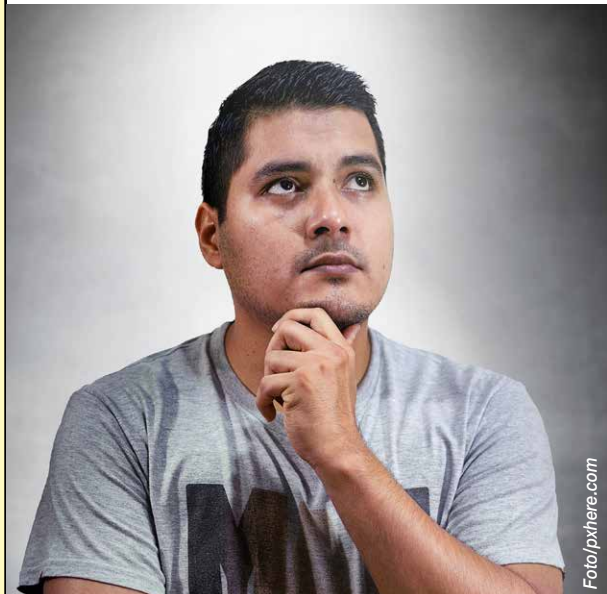
El hecho de que regresen a casa no significa que ya no debemos seguir apoyándolos porque la gran mayoría de ellos van a seguir sirviendo, quizá no en otro país, pero sí en su mismo país, entonces, siguen trabajando para el Señor.

Rocío Pisano, encargada del área de Cuidado Integral de Pioneros México dijo: "Sigues necesitando pagar tus recibos, comida, todo eso es importante, entonces yo sí experimenté que, por el hecho de regresar a mi país, la gente decía "ok, ya no necesitas apoyo".



Eso ha sido difícil porque tengo que volver, de alguna manera, a reeducar a esas personas y decirles: 'Hey, sigo en misiones, ahora voy a estar apoyando en otra área que es en una agencia misionera, pero de la cual no nos pagan, si no nosotros tenemos que buscar nuestros propios apoyos. Entonces, eso es importante que la Iglesia sepa, pero a la vez nosotros también debemos informarle a la iglesia."

Una parte crucial del cuidado de su misionero es preocuparse por sus finanzas. Puedes ayudarlos a recaudar fondos, establecer contactos, etc.



**"No solo se trata de dinero, Dios ha sido fiel, pero NECESITO a mi iglesia conmigo".**  
- tu misionera



# Prácticas para recibir a tu misionero



**Viaje de Reingreso:** La expectativa que genera el regreso de un ser querido es bastante alta, por tanto, deben estar listos para hacer de su reingreso un gran momento. La multitud mostró dos actitudes fundamentales: gozo y expectativa. Con ellas manifestadas para su misionero, su reingreso será una exitosa fiesta.

**Descanso:** Si Jesús ordenó a sus discípulos descansar, creo que ustedes deben obedecer el mandato en relación con su misionero.

**Familia:** La familia es un apoyo importante para el misionero. Seguramente deseará ver a sus familiares después de un tiempo de no hacerlo o querrá pasar algún tiempo con su esposa y sus hijos. No duden que buscará la manera de recompensar a los suyos por su apoyo y cuidado con su persona. Denle disponibilidad de espacio, tiempo y recursos para hacerlo.

**Salud:** Es importante que la salud física, emocional, mental y espiritual del misionero sea revisada a su regreso. Solo él y Dios saben hasta qué punto cada experiencia vivida en el campo ha afectado su salud en alguna de estas cuatro áreas.

**Sostenimiento:** Un pensamiento popular entre cristianos es que el misionero solo debe ser sostenido mientras está en el campo, porque al regresar no está haciendo trabajo misionero.

Dos cosas hay que entender: 1) para poder servir en otras tierras, es casi seguro que el misionero renunció a su trabajo secular o al sueldo que percibía estando su país y 2) es fundamental para la permanencia del misionero en el campo que tenga períodos de descanso y promoción de su trabajo en su propio país, así que la aparente inactividad misionera, en realidad es parte de sus funciones.

**Agenda de visitas:** La gente que ha apoyado y la que no ha apoyado necesita ver al misionero. En el caso de los primeros les ayudara a refrescar la visión y enterarse de cómo han trabajado sus oraciones y ofrendas. En el caso de los segundos, tener la posibilidad de decidir si apoyarán este proyecto. Estas son las razones fundamentales por las cuales el misionero debe hacer visitas durante su estancia en su país. Así que, permítanle desarrollar esta función con su apoyo y coordinación.

**Incorporación a la iglesia:** No hay duda que el misionero extrañó el compañerismo y la adoración con su iglesia. Permitirle participar de los cultos y del trabajo local será un refresco para su vida y un tiempo para aprender más. Además, él tiene muchas cosas que contar de lo que vivió en el campo que harán crecer a la iglesia y renovar su visión misionera. Es necesario abrirle espacios donde él pueda participar de la vida de la iglesia local.

**Planes a futuro:** La evaluación del trabajo dará lugar a preparar mejores estrategias para el futuro, ante la posibilidad de un reenvío. Además, evaluar el trabajo dará a los líderes de la iglesia local una perspectiva más amplia del trabajo que su misionero está realizando en su país de enfoque. No pasen por alto esta área, seguramente les tomará tiempo y varias reuniones, pero el esfuerzo valdrá la pena para todos.

*Pastor Armando Lagunes,  
de la Iglesia Dunamis en México, en su librito "40  
Ideas prácticas para recibir a tu misionero" que nos  
ofrece en*

<https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/40-ideas-practicas-para-recibir-tu-misionero>

# Ayudando al misionero a reintegrarse



Mientras estabas lejos; las cosas cambiaron en casa e incluso tú cambiaste. Al volver, pudiste sentirte algo desubicado y sin que alguien te entienda. Esto, es tan sólo un poco de lo que experimentan los misioneros cuando regresan a su país de origen.

¿Te imaginabas que estos hombres y mujeres que sirven con pasión y valentía fuera de su país puedan estar atravesando una lucha interior más intensa dentro de su propia cultura?

Es que un misionero que regresa a casa enfrenta sentimientos encontrados: soledad, fracaso, depresión, sentido de poca importancia, entre otros. Así lo manifestó un misionero mexicano de SIM que sirve en Asia: “Lo más difícil fue el poder aceptar la realidad de mi país, de mi iglesia, y sobre todo de mi familia, las cosas cambiaron mucho, fueron cambios que yo no esperaba y sobre todo me sentía incomodo por no saber cómo actuar en algunas de las situaciones”.

Otro misionero de Guatemala que estuvo sirviendo junto a su familia con SIM, en un país de acceso creativo nos dijo lo siguiente:

“Cuando volvimos a nuestro país esperábamos encontrar todo igual, no se nos ocurrió que nuestra familia, nuestros amigos y nuestra iglesia se habían adaptado a nuestra ausencia. Al llegar, los puestos ya no estaban vacantes; nos extrañaron, pero ya no hacíamos falta en las actividades y ministerios que dejamos al salir”.

Estos sentimientos son completamente normales, propios del cambio y parte del proceso de readaptación. Luchas con las que viven nuestros misioneros y en las que podemos ayudarles, empezando por entender esta situación.

Carlos y Lidia España, directores de Cuidado Integral de COMIBAM Internacional dicen que una de las cosas que debe entender la iglesia es que los misioneros, así como sufrieron un choque cultural al ir a servir en una cultura diferente, enfrentan uno mucho más fuerte cuando regresan a su propia cultura de origen ya que todo su mundo, tal y como lo conocían, ha cambiado. Muchos de estos cambios se deben a que el mismo misionero ha cambiado mientras estaban lejos y ahora perciben su



mundo de manera distinta.

Por eso necesitan tiempo para procesar sus vivencias y volver a ubicarse en la “nueva realidad” que los rodea. Una forma de hacerlo es compartiendo todo lo vivido durante su experiencia en el campo; pero si la iglesia no tiene tiempo para escucharlos, esto crea en ellos desánimo y un sentido de poca importancia.

“Los misioneros buscamos cualquier oportunidad para hablar de lo vivido y vemos cómo a algunos no les interesa, son muy pocos los que nos escuchan y alaban a Dios junto con nosotros”, dijo Carlos.

Por otro lado, Karla, quien regresó después de estar seis meses sirviendo en Asia con SIM, ella se sintió de esta manera al regresar: “Lo más difícil que he experimentado es la desubicación, pues estuve en dos trabajos seculares en los cuales no encajé, ver la falta de empatía por parte de la iglesia... y tener en el corazón el deseo de regresar y que nadie me dé importancia, es un tiempo en el que te sientes más cerca de Dios, pues para Él sí eres importante y sí te entiende”, comentó.

## Recurso recomendado

**Manual de Cuidado Integral del Obrero transcultural**  
por editora Alexandra Mantilla  
<https://movilicemos.org/recursos/cuidado-integral/manual-de-cuidado-integral>



# Debrief: Procesando lo vivido

Debrief es un desahogo de todas las experiencias vividas durante el trabajo en el campo misionero.

- Una manera de evaluarse y expresarse.
- Una reunión para analizar las cosas positivas y negativas.

## Debrief o desahogarse

Es un tiempo para ayudar a un misionero a reflexionar (a solas y también con alguien más de su iglesia o agencia), enfocándose en el impacto que ha experimentado de su tiempo de servicio. Al autoevaluar su tiempo de una manera integral, su trabajo y vida futura será más efectiva y alegre.

Jeanette B., encargada del ministerio de debriefing de MBI (Mission Builders International), comenta cómo Jesús ya aplicaba esta estrategia:

Junto a dos discípulos en el camino de Emaús, Jesús escuchó y les dio la revelación y la perspectiva necesaria para que entendieran que Él había hecho exactamente lo que había dicho que haría. Debriefing es tener a alguien que viene a nuestro lado como lo hizo Jesús para facilitar, escuchar, hacer preguntas y ayudarnos a obtener una perspectiva bíblica, un cambio de corazón y una pasión renovada”, dijo ella.

**"No hay una palabra apropiada en español. La explicamos cómo un deshago o la oportunidad del misionero**

**para compartir a profundidad cómo se siente, lo que ha vivido y situaciones más profundas que este experimentando, luego de su experiencia en el campo".**

*Luz Esther Cádiz,  
directora de WEC Latino*



## Debriefing es un tiempo:

- De reflexión de lo que ha pasado durante su viaje.
- De reconocer lo que Dios está haciendo y ha hecho en su vida.
- De anticipar la diferencia que esta experiencia haría en su vida.

## Debriefing requisitos

- Escuchar sin juzgar.
- Escuchar al corazón.
- Escuchar la historia detrás de la historia.
- Ser la presencia visible de Cristo
- Aceptación no verbal.
- Confidencialidad.
- Facilitar el descanso de Dios.
- Ser paciente recibiendo y sosteniendo los momentos de quebrantamiento.
- Facilitar la expresión de lo no contado.
- Reflejar la gracia de Dios

*Kelly O'Donnell,  
psicóloga sirviendo con JuCUM*

**"Para hablar de debriefing usamos el termino ENTREVISTA PERSONAL explicando que el concepto implica desahogo, reporte, rendición, acompañamiento entre otras cosas. Es una manera de ayudar al obrero a evaluar su tiempo, relaciones, estado de ánimo para ser escuchado y animar a seguir la labor que Dios le ha dado.**

**Al final el objetivo es que haya obreros resilientes."**

*Gloria Bustamante, equipo BPN, Bienestar para las Naciones en México,  
[www.facebook.com/bpnmexico](http://www.facebook.com/bpnmexico)*



# ¿Cuál es el problema?, sólo está volviendo a casa



Tal vez te estés preguntando, ¿por qué un misionero puede sentirse tan afectado por tan sólo volver a su país de origen? Con frecuencia, la iglesia no conoce muy bien el tema de readaptación y debe capacitarse para poder comprender mejor lo que sus misioneros viven.

Neil Pirollo, misionero de OM, escribió un libro llamado "Sirviendo al enviar Obreros" que nos ayuda a entender un poco más a fondo sobre los desafíos que enfrentan.

**Físico:** Los cambios climáticos, los cambios de horario, etc.

**Profesional:** El regresar y volver a un trabajo donde hay una supervisión más cercana puede hacerlos sentir aburridos y que no tiene mucha trascendencia lo que hacen.

**Material y económico:** El misionero puede sentirse abrumado ante los gastos que se hacen en su propio país mientras él sufría con el levantamiento de su sustento en el campo.

**Cultural:** Un misionero puede haberse acostumbrado a un estilo de vida más tranquilo, relajado, con énfasis en las relaciones y en las personas, por eso, al regresar a su país puede sentirse irritado ante la rapidez, el poco tiempo para compartir y los valores distintos.

**Social:** El misionero puede sentirse reemplazado ya que el tiempo que pasó fuera hizo que sus amistades continúen con otros amigos. Si la iglesia es muy grande y el

misionero no tuvo mucha comunicación con ella, sus relaciones al regresar pueden ser despersonalizadas y hacerle sentir muy herido.

**Idioma:** Algunos misioneros han aprendido otro idioma y sienten tensión por haber olvidado palabras, no entender los modismos o jergas de moda o al expresarse con frases fuera de lugar.

**Nacional y política:** Su misionero puede haber estado en otros países donde la política ha sido diferente, las atracciones turísticas mucho más hermosas, etc. Al comparar la realidad de su país con la del otro lado del mundo, puede sentirse más a gusto con la realidad del país extranjero y esto puede causar tensión, tanto en él como en las personas que lo escuchan.

**Educación:** Algunos hijos de misioneros han estudiado en casa o en escuelas apartadas de los padres, cuando regresan sienten el choque de ir a un sistema educacional totalmente diferente.

**Espiritual:** Cuando el misionero estuvo lejos se enfocó en la salvación y el discipulado. Ha renunciado a muchas cosas para ocuparse en ganar vidas para Cristo. Al llegar a su país se siente confundido, enfrentando sentimientos de culpa, enojo y condenación.

Se siente mal por las muchas almas que ha dejado lejos, como también luchando con la cultura, con la comodidad en su país, etc.

## Cuidado al comentar

- "¿Cómo estuvo tu viaje?" (cuando fueron 3 años)
- "¿No te alegras de estar en casa?"
- "¿Cuánto tiempo llevas en casa?"
- ¿Cómo van tus vacaciones?
- ¿Ahora, cuál es el plan? ¿Qué van a hacer?

Mejor, hacer preguntas o comentarios que ayuden a reconectar. Reconoce que es difícil y desorientador para los misioneros. Nuestra intención es buena. Pero no tenemos ni idea de lo insensible que suena la pregunta a las personas para las que "hogar" ha llegado a significar "en otro lugar" o "en ninguna parte".

Foto/pexels-AndreaPiacquadio



# Mariposas fuertes

Una mujer soltera latina regresó del campo misionero y se experimentó un choque grande al regresar con su familia.



“Ellas atraviesan un proceso de metamorfosis en el campo que es más extremo que las parejas, en una manera positiva”, dijo la Dra. Jessie Scarrow Ritchey, consultora de cuidado integral.

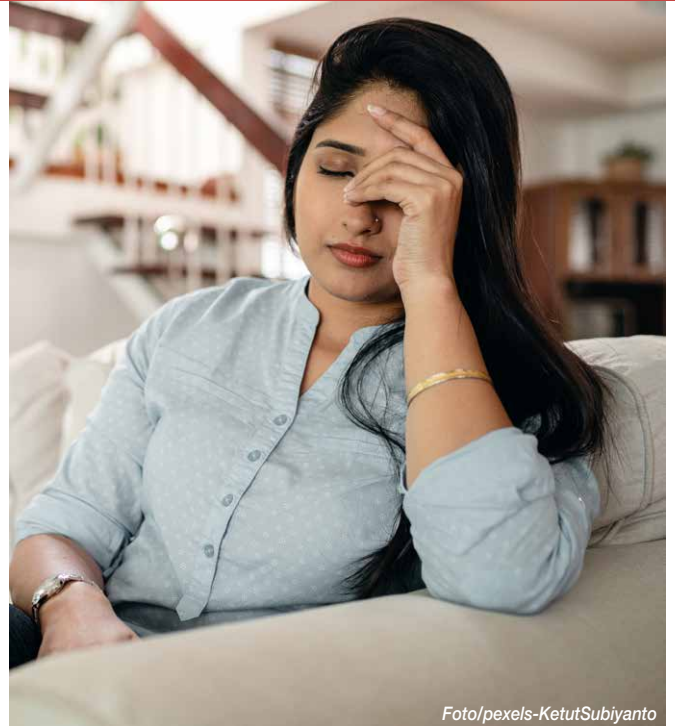
De ser independiente en el campo, llevando un ministerio y vida sola, hasta estar de nuevo en la casa de su familia, viviendo en comunidad.

“Muchas mujeres latinas han tenido una libertad de usar dones, de crecer, confrontar problemas, solucionar problemas, desarrollar habilidades de liderazgo. Son como mariposas al descubrir sus dones y su pleno potencial”, dijo Jessie.

Al regresar a casa han cambiado tanto, pero ahora tienen que mantener un perfil bajo (con cuidado de no ofender).

“Pero ella ya no es lo que ellos creen que es. Se vuelve una mujer más fuerte, más franca, con más iniciativa... y a veces la cultura original no sabe qué hacer con esto”, dijo Jessie.

Con varias conversaciones, ajustando expectativas de ambos lados, una soltera es de bendición a su familia e iglesia en sus tiempos de licencia.



Foto/pexels-KetutSubiyanto

## Me siento culpable

Muchos misioneros que regresan a casa pueden sentir culpa por haber dejado o terminado su ministerio, porque quizá no lograron cierto número que se propusieron o porque ahora van a tomar un tiempo de descanso.

Pueden sentir culpa también por cualquier emoción que sientan. Es complicado.

Saber que la culpa es una emoción humana y es normal sentirse así, nos permite ir por ayuda para poder manejarla, y saber descansar en el propósito y control de Dios, sobre todo.

**Puedes leer más sobre este tema en:**  
<https://misionessim.org/la-revista/autocuidado>

## Sorpréndelos al recibirlos

- Asegúrate de que haya un pequeño grupo en el aeropuerto dándoles la bienvenida.
- Ten preparado alojamiento, un lugar donde puedan sentirse cómodos y con todo listo.
- Ten un medio de transporte para que puedan movilizarse.
- Provee alimentos para unos cuantos días.
- Lléalos de compras. Ayúdales a estar al tanto de las nuevas tendencias de moda pero también respeta sus nuevos estilos de vestir.
- Puedes ayudarles a que se hagan exámenes médicos, revisiones de rutina, etc.
- Después de un tiempo prudencial, realiza un almuerzo en donde puedan ponerse al día con la gente. Sé sensible, siempre observando si el misionero se siente cómodo o no.

# Ayudémoslos a sanar el corazón



**Jessie Scarrow**  
de Ritchey,  
consultora  
de Cuidado  
Integral del  
Misionero,  
nos comparte:

## ¿Cuáles son los riesgos de no tratar al misionero que está pasando una crisis de readaptación?

Yo diría que se trata de desventajas más que de riesgos.

Si un misionero no reconoce que está pasando por este proceso, puede volverse muy crítico con su cultura, sentirse decepcionado con la iglesia local y no experimentar una total intimidad con su familia. Sus hijos pueden sentirse muy fuera de lugar e incómodos. En su momento, su familia e iglesia pueden incluso llegar a pensar que el misionero está reaccionando de manera extraña. Esto puede provocar malas interpretaciones y una falta de entendimiento de los unos hacia los otros, en lugar de aprovechar el inmenso potencial de ministrarse de formas que pueden ser de bendición mutua para todos los involucrados. En buena medida, los mismos misioneros son los que necesitan ser educados en cuanto a estos procesos de reinsertión.

## ¿Cómo puede ser la iglesia local un lugar sanador para el misionero?

Antes que el misionero vuelva a casa, sería de mucho

apoyo conectarse con ellos y preguntarles si se les puede ayudar con algún trámite que necesiten realizar. Se les puede apoyar consiguiendo información sobre una escuela para sus hijos, citas con médicos, etc. Si el misionero tiene hijos de la misma edad que los suyos, sería agradable incluirlos en sus actividades y ayudarlos a desenvolverse en el grupo.

La iglesia necesita encontrar un equilibrio entre permitir al misionero contar con un tiempo para conectarse y compartir sobre su ministerio y por otra parte simplemente dejar que lo ministren. No se sorprendan si el misionero empieza a quebrantarse en medio de la adoración o al escuchar su propio idioma después de tantos años, esto es perfectamente saludable y normal. Déjenlo tener la libertad y seguridad para hacerlo.

Una de las cosas que más ayuda a sanar, puede ser tratar de entender el mundo en el que han trabajado y vivido.

Muy a menudo el misionero encuentra que incluso su propia familia y amigos no desean tomarse el tiempo para escuchar. Esto crea una barrera y una profunda sensación de separación y soledad.



Foto/pexels-CharlotteMay

## El choque cultural también se da al volver

A su regreso, el obrero experimenta un choque cultural, tanto como si fuera a vivir a un nuevo país, y necesita tiempo para procesar su experiencia, comenta Vivian, movilizadora sirviendo con el Equipo Móvil de Cuidado de Misioneros.

Esta es una de las etapas más complicadas para la iglesia, ya que deben entender que el misionero necesita tanto de tiempo para compartir su experiencia, como un tiempo para descansar.

Algo que les permitirá afrontar el choque de estar de vuelta es ir a su propio ritmo, es decir, tener tiempo para procesar esos cambios.

“Aprecian las oportunidades para compartir de su ministerio, y se sienten valorados cuando se les da tiempo en el púlpito para compartir con la iglesia, pero también necesitan tiempo para descansar, procesar y ser refrescados. La iglesia debe tomar un rol intencional en proveer ambas oportunidades”, finaliza Vivian.

# Síndrome general de adaptación y retorno del misionero

Una investigación realizada por la organización Heartstream Resources y denominada “Personalidad, síntomas de estrés y factores estresantes en la vida transcultural” verificaba los niveles de estrés en cada momento de la carrera de un misionero.

Evaluaron 582 obreros transculturales durante aproximadamente 20 años. Para puntuar los niveles de estrés se utilizó una versión modificada de la escala de Holmes-Rahe, una herramienta muy extendida que verifica la probabilidad de que un individuo se enferme por estrés teniendo en cuenta los eventos vividos en los últimos 12 meses.

Según el instrumento de Holmes-Rahe, la mitad de los que rindan el examen y obtengan una puntuación de 200 serían hospitalizados en los dos años siguientes; entre los que alcanzan los 300 puntos, el 90% sería hospitalizado en los dos años siguientes. El resultado es alarmante: la media obtenida de los misioneros fue de 439,5 puntos.

Los primeros cinco años de la carrera se consideran el período más crítico (541 puntos), que generalmente coincide con la fase de solicitud, formación variada y aprendizaje de idiomas. El segundo pico se observó en el período de 16 a 20 años de carrera (451 puntos), en el que el síndrome del nido vacío, la crisis de la mediana edad y las necesidades de los padres ancianos son frecuentes. Una de las causas a considerar cuando un misionero retorna antes de su tiempo previsto, tiene que ver con su adaptación al campo y la respuesta general de su cuerpo a esa adaptación. Donde por demás convergen múltiples factores emocionales.

En el período 1992-1994, la Comisión de Misiones de la Alianza Evangélica Mundial (WEA) realizó un proyecto importante llamado ReMAP – Proyecto de reducción del desgaste de los misioneros. La investigación se registró



Foto/pexels-LizaSummer

en el libro “Demasiado valioso para que se pierda”: un estudio de las causas y curas del regreso prematuro de los misioneros. Su objetivo era evaluar cuántos misioneros estaban regresando a casa y por qué razones. Se encontró que, en promedio, el 5,1% de la fuerza misionera abandona el campo cada año. De estos retornos, el 70% se debió a causas evitables (jubilación normal, muerte, fuga por motivos políticos) (TAYLOR, 1998, p. 108).

Se han mencionado los siguientes factores

como las principales causas del regreso de los misioneros: 1. Soporte financiero. 2. Razones personales (inmadurez espiritual, problemas de salud, compromiso inadecuado, llamado inconsistente, Vida inmoral) 3. Agencia de envío (19% de los casos): Falta de apoyo, desacuerdo)

ReMAP pidió a los líderes de una Misión que enumeraran los tres factores que consideran más importantes para minimizar el regreso prematuro de los misioneros. Se citó lo siguiente: (1) el claro llamado de Dios para la obra misionera; (2) supervisión – cuidado y apoyo pastoral regular; y (3) la capacidad de mantener una vida espiritual saludable sin apoyo externo. A partir de ahí, entendemos la importancia de una buena selección y una buena preparación, que debe incluir el desarrollo del carácter cristiano, la conciencia de la realidad del campo y la solidificación de la vocación ministerial, no solo elementos de conocimiento, como también enfocan algunos enviados.

Además, es necesaria una mayor inversión en la atención preventiva – fortalecimiento de la personalidad y la espiritualidad – sin dejar de intervenir en las crisis, tal como lo describen los estudios de Oliveira Lorraine “Considerando estos factores, creemos que tendremos misioneros más saludables y fuertes para cumplir con su carrera.”

**Mario Linares, en Venezuela**



Foto/pexels-VladaKarpovich

# Yendo a “casa”

Después de haber vivido y servido en otra cultura, tu regreso a casa debe ser alegre, pero como con cualquier transición, lo mejor es estar preparado para ello.

Incluso en más maneras de las que tú puedas reconocer, habrás cambiado durante este tiempo de servicio. Mientras tanto, tu cultura de origen no parecerá haber cambiado mucho y tu gente esperará que seas la misma persona. Si ha pasado mucho tiempo desde que has estado en casa, todo puede parecer diferente: edificios donde antes había una casa pequeña, tu restaurante favorito cerrado y ahora hay un centro comercial allí, el edificio de tu iglesia ahora tiene dos pisos más, etc.

A la mayoría de las personas esto les resulta mucho más estresante que servir en sus países de trabajo (campo misionero) y desean estar de vuelta en sus países de trabajo (campo misionero), donde se puede sentir más como en casa ahora.

Por supuesto, es difícil para la gente en tu país de origen entender cómo es que tu hogar se puede encontrar en algún otro lugar. Como resultado, ellos no pueden ofrecer mucho apoyo. Se pueden sentir rechazados, y podrías sentirte marginado de tus amigos y familiares que simplemente no pueden entender por qué quieres dejarlos de nuevo.

## Tu reingreso

- Recuerda en Quién está tu identidad.
- No creas merecer un trato especial.
- No juzgues, no critiques.
- Sé un siervo.
- Rinde cuentas de tu vida a otros.
- Adáptate a los cambios en los métodos ministeriales.
- Prepárate para el choque cultural.



Foto/pexels-MeganBucknail

## Date tiempo

Es importante darse cuenta de que el reingreso será un tiempo de ajuste.

Trata de estar seguro de:

- Tener este material para ayudarte en la transición, de acuerdo con la etapa en la que te encuentres.
- Al menos dos meses antes de tu regreso a casa, empieza a prepararte trabajando a través de este recurso.
- Dormir lo suficiente, comer comidas balanceadas y hacer algo de ejercicio. Estos te ayudarán a combatir el cambio de hora y el cansancio.
- Tomarte un descanso espiritual y de renovación.
- Ora por tu cuenta y con otros.
- Aprender cómo responder la pregunta, “¿Cómo estuvo tu tiempo fuera?” Conviértete en un contador de historias y aprende a contar tu historia como un testimonio de lo que Dios ha hecho a través de ti.
- Pasar tiempo procesando y evaluando.

# Asuntos prácticos que atender antes de partir

para los  
OBREROS

Así como los astronautas cuando empiezan a descender necesitan atender cosas prácticas como asegurar que todo esté en su lugar, que el sistema esté funcionando bien, que el equipo de emergencia esté listo y que su asiento esté bien asegurado. Así tú tendrás un buen número de asuntos prácticos que atender.

Sugerencias de algunos de estos asuntos:

## EMPIEZA A DELEGAR TU TRABAJO

Es normal pensar más en tu regreso que en el campo. Así que relájate, baja el ritmo de trabajo y delega. No descuides tu relación con Dios. Al contrario, fortalécela.

## ATIENDE CUALQUIER NECESIDAD MÉDICA

Si has estado enfermo frecuentemente, ve al doctor. Guarda una copia de tu historial médico, incluye una lista de medicamentos ingeridos, así como de cualquier enfermedad inusual que hayas padecido. Es recomendable hacer una lista de síntomas y malestares que te preocupan para hablarlas con tu doctor al regresar a casa.

## TRAE ALGUNOS REGALITOS

Toma algún tiempo para pensar en qué regalitos comprar para tu familia, amigos, y otros quienes te apoyan. Otra buena idea es comprar un buen número de regalitos pequeños y baratos como: lápices, separadores, dulces de la localidad, etc. para obsequiar a las iglesias o hermanos que te inviten a compartir tus experiencias.

## ERES UN PUENTE

Al llegar a casa, serás un puente entre tu cultura y el campo donde has servido. Dios puede usarte para movilizar, informar, animar y retar a otros a ir al campo misionero. Con esta responsabilidad en mente, empieza a orar y piensa en las formas que puedes hacer esto, como grabar un himno o canto en el idioma nativo del campo, realiza una presentación digital detallando un día típico tuyo en el campo misionero, etc.



Foto/pexels-Thirdman

## PREPARA A LAS PERSONAS PARA TU REGRESO

El apóstol Pablo después de cada viaje, regresaba a su iglesia local para animar a los hermanos y reclutar a nuevas personas para que le acompañaran en sus siguientes viajes.

*Hechos 14:27 "Cuando llegaron, reunieron a la iglesia e informaron de todo lo que Dios había hecho por medio de ellos. y de cómo había abierto las puertas de la fe a los gentiles".*

Una iglesia puede ser como una familia. Puedes tener una cálida bienvenida de su parte al regresar, planeando tu regreso y compartiendo tus expectativas. Debes tomar la iniciativa.

Pablo y Bernabé cuando regresaron a Antioquía ellos reunieron a la iglesia. Informa sobre las fechas de tu regreso, exprésales las oportunidades que te gustaría tener para compartir e infórmales quién será la persona que estará coordinando tu agenda. Empieza a compartir con tus amigos y familia qué te gustaría que pasara al regresar a casa. Si piensas que vas a estar muy cansado, dilo para que estén preparados para tu regreso. Si no compartes tus expectativas, lo más probable es que no se cumplan y tal vez te sientas frustrado o molesto. Si compartes tus expectativas con otros, pronto te dirán si son realistas o no.

**Aurora Garza, socióloga en México  
BPN (Bienestar para Las Naciones)**

## Recurso recomendado

[www.facebook.com/bpnmexico](https://www.facebook.com/bpnmexico)  
nos ofrece el material  
"Preparándote para tu regreso"  
en  
<https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/preparandote-para-tu-regreso>



# Planeando el regreso a casa



Definitivamente, planear un regreso a casa después de haber estado en el campo misionero, tiene sus requisitos, se necesita evaluar finanzas disponibles como la instalación que tendría el misionero dónde va a volver a vivir. Entonces, si se piensa primero cuándo es el momento adecuado para regresar, la respuesta sería que depende del motivo de fuerza mayor que impulse al obrero a volver, pero, en todo momento hay que preguntarle a Dios, porque Él nos guía y da paz en nuestras decisiones. Es doloroso dejar el campo, sobre todo, cuando hemos pasado varios años allí, duele dejar discípulos, los amigos, etc., pero Dios es quien nos dirige.

Por otro lado, si hablamos de trazarnos un plazo de cuándo se regresa antes de salir al campo, podría ser de 6 meses a un año para planificar la transición de liderazgo o de los obreros que van a continuar con el ministerio que hacemos y para dejar todo cancelado en el lugar donde el obrero vivió.

Además de todo lo mencionado, el saber qué se necesita para volver a casa también involucra la preparación emocional para esa gran transición entre vivir en el lugar dónde Dios te ha llamado a servir y volver al país de origen dónde todo es diferente. Luego, la preparación financiera para cubrir

los gastos de volver al país, hay que tomar en cuenta que el apoyo financiero cuando regresamos al campo, puede desaparecer cuando los apoyadores saben que ya no vamos a servir como misioneros en otros países. Asimismo, la coordinación con la iglesia es muy necesaria para ponernos a la orden para servir en la iglesia y movilizar para las misiones tanto en la misma iglesia dónde pertenece como en otras.

Si pensamos en quiénes ayudan al regreso de un misionero, pues, puede ser la familia misma, la iglesia, los amigos, etc. A veces no hay personas disponibles, pero Dios provee de otros.

Por último, si la iglesia puede proporcionar algo más al misionero antes que regrese, es un “debriefing (una reunión)”, resulta muy útil en verdad. Una evaluación de lo que funcionó



bien y las cosas que deberían mejorar, sobre todo, para el proceso de envío en cuanto a otros obreros.

*Karuna, sirviendo en SIM Latinoamérica*

## Coordinando el regreso

Tu tiempo en casa no tiene que estar completamente planeado, pero será de ayuda tener algunas ideas de cómo pasarás el tiempo, incluso las expectativas de tu iglesia, etc.

- Informar a tus líderes, tanto de la agencia como de la iglesia y pedir su ayuda.
- Escribir a tus ofrendantes y pedirles que oren durante esta transición e informales acerca de tu deseo de reunirte con ellos.
- Si estás regresando al campo, asegúrate de recordarles a tus ofrendantes que su apoyo todavía es necesario para este tiempo en casa. Si estás terminando tu servicio en el campo, puedes pedir a tus ofrendantes que te continúen apoyando por unos cuatro meses mientras estás en transición.
- Empezar a organizar tu calendario para tu tiempo en casa. Comunica que día o tiempo estarás disponible para dar un informe.

### Recurso recomendado

**“Regresando a casa: La transición del retorno”**

por Ron y Bonnie Koteskey. Buscalo en [www.movilicemos.org](http://www.movilicemos.org)



para los  
OBREROS

## Terminando bien

Una de las cosas que pueden aumentar tu estrés al volver es no dejar el campo de misión correctamente. La última parte de Hechos 20 nos da un buen ejemplo de misioneros yéndose bien.

Pablo había pasado tres años en Éfeso y fue dirigido a volver a su lugar de origen en Jerusalén. Dave Pollock dice que para salir bien debes construir un “RAFT” (por sus siglas en inglés) veamos como Pablo cumplió esto.

**Reconciliación:** Cuando sales, puede que enfrentes problemas con alguien y trates de ignorarlos esperando que desaparezcan por sí solos. Sin embargo, no lo harán. Cargamos con ellos por dentro, y ellos interferirán con nuevas relaciones que queramos formar.

Si alguna vez nos volvemos a cruzar con esta persona, las tensiones y problemas seguirán ahí y serán más difíciles de solucionar. Pablo les recordó a los ancianos de Éfeso cómo había vivido todo el tiempo que estuvo entre ellos y que ni siquiera había tomado dinero de ellos, sino siempre estuvo dando.

**Afirmación:** Deja que otros sepan cuánto los respetas y aprecias diciéndoles cuán importante ha sido su amistad y cómo disfrutaste trabajando con ellos. A medida que reconozcas cómo te ha bendecido la gente, te volverás consciente de lo que has logrado.

Pablo encomendó a los Efesios el plan de la gracia de Dios y les advirtió sobre sus posibles dificultades.

**Despedida:** Despidete de la gente, mascotas, lugares y posesiones. Toma fotos y pequeños recuerdos de las buenas cosas que te pasaron. Después que Pablo dio su discurso, todos oraron, lloraron, se abrazaron, se besaron, fueron al barco y se separaron.

**Piensa en el destino:** Mientras estas despidiéndote de la gente, empieza a pensar de manera realista sobre el lugar al que vas. Recuerda que el lugar al que solías llamar casa ha cambiado y debes esperar cosas diferentes. Pablo quería estar en Jerusalén para el día de Pentecostés, pero se dio cuenta que había muchos problemas esperándolo.

Una cosa que es particularmente difícil es ser forzado a dejar el campo antes de lo que tú hubieses previsto. Esto puede ser por problemas de salud en ti o en los miembros de tu familia, problemas con tu hijo adolescente, y muchas otras razones.

Puedes sentir que has fallado, tener sentimientos de depresión, desaliento, resentimiento y culpa.

En esos casos es bueno admitir tu pena, enfrentar la realidad trazando una saludable línea en el pasado, y comprometiendo con las tareas presentes.

Foto/pexels-VladaKarpovich



## Preparándote para tu regreso

### Sentido de culpabilidad por dejar el campo

Es obvio para cualquiera que ha pasado tiempo en el campo darse cuenta que los obreros son pocos. Los misioneros comúnmente trabajan por largas horas, y aun así parece que hay mucho que hacer. Pensar en dejar el campo para ir a casa puede fácilmente causarte un sentido de culpabilidad, especialmente cuando esto significa dejar trabajo pendiente. En lugar de poner tu atención en el trabajo pendiente que queda, debes enfocarte en reconocer que tu regreso es parte del plan de Dios para ti. También debes poner tu confianza en que Él se encargara de hacer lo que en tu ausencia no puedes.

*Aurora Garza, socióloga en México*

BPN (Bienestar para Las Naciones) [www.facebook.com/bpnmexico](https://www.facebook.com/bpnmexico) nos ofrece el material “Preparándote para tu regreso” completo en <https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/preparandote-para-tu-regreso>



# No quería dejar a las personas que tanto amo

Muchas veces, el retorno a casa no es el deseo más profundo de todo misionero. Después de varios años de vivir en un lugar, de crear conexiones, conocer y ser parte de una comunidad, amarlos y tener un estilo de vida ya organizado, y que, por aparentemente temas administrativos, burocráticos o similares, deban dejar atrás todo eso, puede ser chocante emocional y mentalmente. Puede llegar a ser causa de alguna crisis interna o aún incluso afectar la salud mental.

Rocío Pisano, encargada del área de cuidado integral de Pioneros Mexico, nos cuenta su testimonio.

“Yo estuve en la Isla de Tierra Bomba, Colombia, sirviendo por varios años, sorpresivamente el 2022 me rechazaron la renovación de la visa... Empezar el proceso (de volver a casa) no fue nada fácil, les confieso fue algo duro para mí despedirme de la gente... toda esa parte emocional fue bastante dura. Yo creo que cuando amas el lugar donde vives, la gente, no estamos preparados para un regreso, pero también a la vez en ese proceso Dios me recordó que sus planes son mejores que mis planes, así que pude descansar en eso”, dijo Rocío.



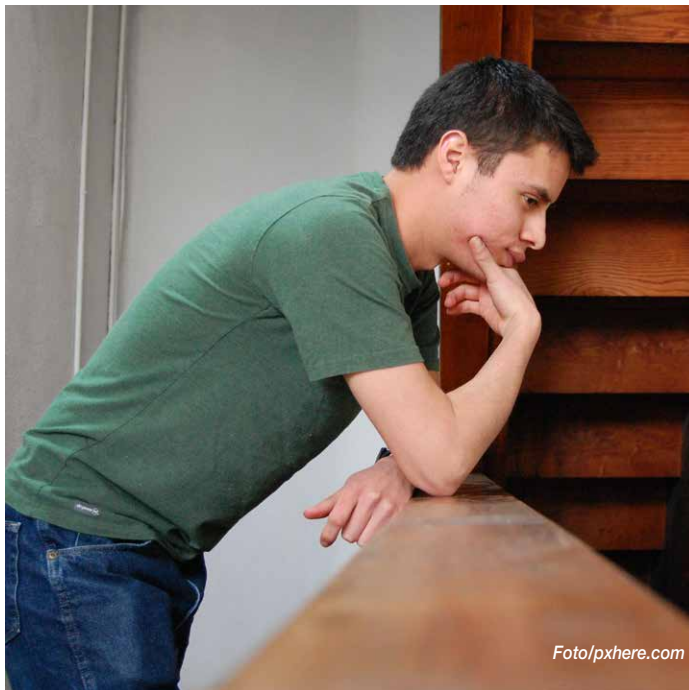
Fueron varias etapas para poder entender 100% por lo que estaba pasando.

“Sí estaba contenta de regresar de nuevo con mi familia, pero sí fue duro el hecho de detenerme, de parar, fue un gran reto, porque estaba acostumbrada a estar sirviendo, a estar siempre con actividades, y de repente llegar de nuevo a tu país fue bastante duro procesarlo.

Luego de dos meses, Dios abrió una puerta para servir nuevamente en una agencia misionera y creo que me

ayudó bastante conectarme nuevamente con gente de misiones, eso me dio mucho, estuve super contenta por eso. Después de unos meses, tomando un curso de coaching y manejo de crisis, me di cuenta que no había procesado en su totalidad el duelo. Tomarte un tiempo, descansar es importante”, dijo ella.

Ahora como directora de cuidado integral, Rocío a través de su experiencia apoya a otros misioneros buscando información y entrenamientos, acerca del cuidado al misionero dentro del campo y especialmente al retornar al país.



## Sentimientos comunes

Una persona que regresa a su cultura de origen puede experimentar diferentes grados de:

- Cansancio.
- Desánimo.
- Dificultad para expresar emociones.
- Irritabilidad
- Soledad
- Desilusión con la aparente falta de preocupación con el mundo y sus necesidades.
- Sentirse culpable de que estén perdiendo tiempo o de que no hagan nada importante.

para los  
OBREROS

# Saliendo bien

*Ahora “te sientes en casa” en tu país de acogida. Mientras planeas regresar a tu país de origen, empiezas a vivir en “dos mundos”. Por supuesto, todavía estás en tu país de acogida, pero los pensamientos de tu país de origen se vuelven más frecuentes. Sería una tentación no enfocarse en completar tu trabajo allí.*

*Terminar bien es una señal de un cristiano maduro y es un buen testimonio para la obra de Dios.*

## ¿Qué tareas necesitarás terminar en tus últimos meses en tu país de trabajo (campo misionero)?

Durante la etapa de salida, la tensión aumenta. Necesitas hacer preparativos para tu regreso a tu cultura de origen.

Necesitas tomarte tiempo para pensar y preparar tu historia y organizar fotos y videos para compartir con otros cuando llegues a casa. Y al mismo tiempo tienes que luchar con las emociones de dejar a las personas y proyectos atrás.

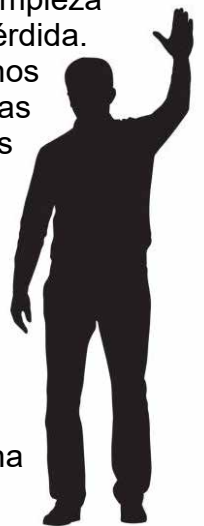
Esta etapa está llena de sentimientos conflictivos. Estás feliz a medida que anticipas verte con tus seres queridos, pero triste a medida que le dices adiós a tus amigos. El proceso de duelo empieza cuando empiezas a llorar por la pérdida.

Como tus colegas asumen algunos de los roles de tu ministerio, podrías sentirte culpable por añadirles más trabajo a sus cargas ya pesadas.

Todo el mundo se siente de esta manera durante la etapa de salida. Pensar en el cómo salir bien te ayudará en esta transición.

## Diciendo adiós:

Decir adiós a las personas en una manera culturalmente apropiada para darle cierre a sus tiempos juntos.



## Para hacer

**Haz una lista de las personas a las que les quieres decir adiós y separa el tiempo adecuado para lograrlo con todos.**



Foto/pxhere.com

## Recomendaciones para los misioneros que regresan a casa

- Si tú estás a punto de salir del campo, busca un mentor, tener alguien que te ayude a procesar desde antes de salir como tu llegada a tu país. Es vital que te ayuden a procesarlo, tener tu mentor ahí físicamente-donde vas a llegar- es mucho mejor para que te ayude a procesar ese ajuste y adaptación.
- Una vez en tu país, es importante que pares, no trates de buscar servir en nada, es necesario que te detengas y dejes que el Espíritu Santo, te ayude a procesar el cambio de planes. Eso es sumamente importante porque sabemos que si Él paró es por algo.
- Seguir buscando al Señor y simplemente esperar hasta que Él te diga sí, te de la luz verde para que empieces a servir en otro lugar.
- Saber poner límites, no saturarte con tantas personas o reuniones para compartir, porque vas compartiendo lo mismo, el por qué te regresaste, etc., pero muchas veces ni tú aún lo has procesado 100%.

# TODO ha cambiado

para los  
OBREROS

Muchas veces los misioneros tienen expectativas tan altas que sufren de un fuerte estrés al volver.

Cuando regresas, puedes sentirte muy solo, afligido, desilusionado, poco entendido, deprimido e irritado con la gente a tu alrededor, así como con tu propia cultura.

Desafortunadamente las expectativas pueden estar basadas en lo que una vez fue la verdad, dos o cuatro años atrás. Durante este tiempo todo puede haber cambiado. Tú, tus amigos y familia, tu iglesia y tu cultura.

**Tú has cambiado.** Antes de que te fueras, manejabas tu auto a la tienda de la esquina, tirabas la comida que sobraba, descartabas las bolsas plásticas sin pensar. Ahora caminas media cuadra, llevas la comida sobrante del restaurante a casa y guardas cada bolsa. Pablo había cambiado, él se lo dijo a la gente de su país de origen, sobre cómo perseguía a los seguidores de este Camino, de cómo quedó ciego por una luz sobrenatural y que había sido enviado a los gentiles (Hechos 22).

**Tus amigos y familia han cambiado.** Solías pertenecer al grupo, sabías donde encajabas con todos tus amigos, confiaban en ti y te escuchaban. Mientras estabas afuera, nueva gente llegó al grupo y tus amigos se involucraron en diferentes actividades. Ahora te sientes como marginado, no entiendes los chistes o de lo que se ríen y puedes malinterpretar las cosas que dicen o hacen.

**Tu iglesia ha cambiado.** Cuando te fuiste, puede haber sido una iglesia con mente misionera, pero ahora nadie se ve muy interesado en las misiones. Cuando tratas de compartir tu experiencia misionera, la gente te puede escuchar educadamente por unos pocos



Foto/pxhere.com

minutos y luego regresar a una conversación emocionante sobre cómo le está yendo al equipo de fútbol. Cuando Pablo volvió a casa de su primer periodo de servicio misionero (Hechos 15), la gente de la iglesia decía que sus convertidos no eran salvos. Al final del tercer período de Pablo (Hechos 22) la gente de su denominación estaba emocionada. Sin embargo, cuando fue a la iglesia principal del pueblo, la gente lo oyó educadamente hasta que mencionó su llamado misionero, ahí ellos pidieron por su muerte.

**Tu cultura ha cambiado.** Alvin Toffer escribió El Shock del Futuro en donde señala que la cultura ahora cambia tan rápido que la gente que vive en ella apenas puede mantenerse al ritmo. Gente que se fue de su cultura por varios años regresan a una cultura un tanto diferente de la que dejaron. Algo tan simple como caminar en una tienda o comprar algo puede ser abrumante.

por Ronald L. Kotesky

Ver el material completo aquí: <https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/lo-que-los-misioneros-deben-saber-al-regresar-casa>



Foto/pxels-KeiraBurton

## No te sientas ofendido

Tal vez piensas que al regresar todas las personas estarán interesadas en escuchar tus experiencias: no te decepciones si no sucede así, pues te encontrarás diferentes tipos de actitudes de las personas. No te sientas ofendido, dolido y no entendido.

Sobre todo, no te apartes de las personas, al contrario, búscalas. Muestra interés en sus vidas, pregúntales como están, como van las cosas, que han hecho en todo este tiempo que no estuviste, como está la familia. Ámalos y díles cuán bueno es verlos de nuevo (Romanos 12:10).

Aurora Garza, socióloga en México



Foto/pexels-EkaterinaBolotsova

## Buscar ser vulnerables

Dios quiere que seamos transparentes y que compartamos nuestras luchas no solo nuestras victorias, como misioneros estamos acostumbrados a solo compartir nuestras victorias y no nuestras luchas por el temor a ser vulnerables.

Muchas veces pensamos ¿qué van a decir?, me van a juzgar, y he estado aprendiendo en este tiempo, que tengo que ser honesta, “me está doliendo dejar a esta gente que tanto amo, estoy en este proceso de adaptación.

Estoy contenta de estar de regreso en casa pero a la vez, también parte de mi corazón se quedó en Colombia”. Se que la adaptación el Señor la va a ir acomodando, pero uno tiene que ser vulnerable, tiene que ser transparente en decir lo que está pasando dentro de nuestro corazón.

Al llegar a nuestra iglesia, van a venir a buscarnos porque somos “los héroes”, cuando realmente somos personas que somos parte de la iglesia.

En calidad de miembro, tienes que buscar esa ayuda, no que te llegue, sino nosotros ir a buscar a ese mentor, esa amiga con la que te puedas abrir, con la que tú puedas ser vulnerable, porque ese es el secreto, yo creo que es la vulnerabilidad.

**Rocío Pisano,**  
encargada del área de cuidado integral  
de Pioneros México

## Tu "hogar" cambia

*Una conversación con  
Edgard Rueda Miranda,  
director de Jibacam*



### ¿Cómo es tu retorno?

Cuando regresas no encuentras las mismas personas en la iglesia, en la casa, resulta que los pequeños de la familia han crecido, ya no los ves, la iglesia se renueva, con nuevas personas que no conocemos ni nos conocen, salvo por las cartas de oración o por referencia de alguien que nos nombra en las iglesias.

Cuando estaba en el campo, al principio añoraba mi hogar, extrañaba el tiempo de iglesia, pero con el pasar del tiempo viene la adaptación y todo cambia, cambia lo que dejaste en tu país de origen, cambia la familia, cambia la gente y lo ves como un lugar ajeno, comienzas a sentirte ahora como extranjero en tu país de origen y local en donde estás, comienzas a ver el campo como tu hogar.

### ¿Qué es lo que más disfrutas de retornar a casa?

¡Woow! ¡La comida! El calor de hogar, el abrazo, la comida de la casa, el compartir con los hermanos en la iglesia, el recordar cuando fuimos enviados, ese tiempo de iglesia que uno añoray esa familia extendida.

### ¿Cómo distribuyes el tiempo de calidad con familia, amigos, reencuentro con la iglesia?

He aprendido a marcar tiempos para estar con todos, antes en mis retornos llenaba mi tiempo visitando iglesias y me agotaba sin tomar el tiempo necesario para la familia. Ya aprendí a equilibrar y hacer tiempo para cada grupo, iglesia, familia, amigos.

### ¿Puedes compartirnos alguna anécdota de cómo el Señor, te haya hablado en un tiempo de retorno?

Tuve una experiencia de retorno a mi iglesia local y volví algo frustrado. Sabemos que el choque cultural, se quiera o no, nos afecta. Sin embargo lo que más me afectó fue la falta de comunicación, empatía y entendimiento entre misioneros de campo y líderes de misiones de la iglesia a nivel de denominaciones nacionales e internacionales, generando conflictos que me cargaron más allá de lo que fue la experiencia y al llegar a la iglesia incluso renuncié a mi llamado, así de mal me sentía.

Luego busqué al Señor en oración y ayuno y Dios me sanó de todos estos conflictos. Me renueva y me da otro plan para seguir adelante. ¡Gloria a Dios!



# "Experimenté más soledad que cuando estaba recién llegada al campo"

Soy una persona que ha estado trabajando por unos años en África, por motivos de pandemia y que ya era tiempo de mi regreso, a finales del año 2020 volví a mi país de origen, en el transcurso del viaje fueron momentos de mucha incertidumbre, preocupación y soledad, esto fue así de un aeropuerto a otro, incluyendo mi país, era un caos por todas partes.

Para el año 2021 se iniciaron ciertas reuniones de compañeros y de líderes religiosos, es increíble lo ajeno y distante que la gente se comportaba conmigo.

Acababa de llegar, a lo mejor por lo que estaba pasando mundialmente abonaba a que me rechazaran, yo sentí mucha soledad, quizá uno es más sensible al rechazo, lo sentí aún de mi familia, ya que mi familia me prohibió visitarlos para no contagiarlos por si tenía el virus, con respecto a mis compañeros de batalla incluso en una reunión, no querían que me sentara con ellos, en todos los lugares que me acerqué habiendo sillas vacías me decían ya está ocupado.

Desde ese día decidí alejarme, incluso dejé de asistir a los devocionales porque no me sentía bienvenida.

No es fácil que todo el mundo actué como si no te conociera, tus amigos ya no son tus amigos, tus líderes elogian a otros por su trabajo y te hacen sentir como si tu trabajo no valiera, la familia tiene otras prioridades.

Experimenté más soledad que cuando estaba recién llegada al campo o en cuarentena.

Después de algunos meses, decidí que no dejaría que nada de lo que me hacían sentir, me amargara, ni destruyera: dependí más de Dios y traté de involucrarme poco a poco en



Foto/pexels-Khoa Vö

las actividades con mis compañeros, eso tomo su tiempo pero Dios me sostuvo, por ahora he salido a trabajar a otro lugar, dependiendo cada día de Dios y con mi corazón sano, ya que mi trabajo es para Dios, Él si lo ve y lo recibe.

*Rosmery*



**"Necesitamos prepararnos para nuestro retorno a casa. Necesitamos un tiempo para poder descansar, pensar, reflexionar de nuestra experiencia para luego iniciar nuevamente nuestra vida en casa. Busca a alguien que te acompañe en este proceso."**

*Amalia Torrez, personal de SIM Latinoamérica*

# Te toca hacer un "debrief"

Muchos obreros misioneros experimentan niveles significativos de estrés y pueden desarrollar problemas emocionales después de regresar a "casa". El debriefing es un factor importante para evitar que esto suceda.

Se trata del trabajador misionero y deben tener tiempo y libertad para expresarse. El papel del informante es escuchar.

Es un tiempo para reflexionar, enfocándote en el impacto que has experimentado en tu tiempo de servicio. Al evaluar tu tiempo de una manera integral, tu trabajo y vida futura será más efectiva y alegre.

## Debrief es un tiempo

- De reflexión en lo que ha pasado durante tu viaje.
- De reconocer lo que Dios está haciendo y ha hecho en tu vida.
- De anticipar la diferencia que esta experiencia podría hacer en tu vida.



Foto/pexels-ChristinaMorillo

## ¿Con quién hablo?

Es una pregunta que todo misionero tiene al volver a casa, con quién compartir lo que sucedió, como estás ahora, los sentimientos que tienes y el proceso que estás pasando.

Elegir la persona adecuada va a ayudarlos a ir acompañados por esta nueva etapa. ¿Un pastor, una agencia, una amiga o mi familia?

Rocío Pisano, encargada del área de cuidado integral de Pioneros Mexico considera que sería mejor con alguien externo, pero que no sea completamente ajeno, si no alguien que ya te conozca.

Ella dijo "Para mí, hacer debriefing sería con un mentor, yo creo que es con la persona que ya conoce todo tu tiempo en el campo y tu regreso. Esa es la persona que mejor te va a entender por qué razones ese choque, por qué razón extrañas tanto esa gente, por qué fue tanto ese dolor de haber dejado ese país, entonces yo creo que mejor con un mentor".

"Debriefing, es manejo en crisis y fue algo excelente, porque eres tú realmente siendo vulnerable a abrir tu corazón y procesar todo eso que te pasó, esa crisis o duelo por el que pasaste", concluyó Rocío.

## Autoevaluación

Trabaja a través de estos ejercicios de debriefing para ayudar a adaptarte a los cambios hechos mientras has estado ausente. (Usa un cuaderno aparte).

### 1. ¿Cómo has cambiado? ¿Cómo podrían otros responder sobre cómo he cambiado?

- Físicamente -
- Socialmente -
- Emocionalmente -
- Espiritualmente -

### 2. Lo que me gustó más de mi tiempo afuera fue...

### 3. Lo que me pareció más difícil sobre mi tiempo afuera fue...

### 4. Lo que aprendí sobre mí mismo durante este tiempo fue...

### 5. Lo que aprendí sobre Dios y Su mundo es...

### 6. ¿Cómo fueron mis relaciones con otros misioneros, la iglesia local y los no creyentes? ¿Qué quisiera mejorar por mi lado?

### 7. ¿A quién puedo buscar por apoyo mientras estoy en la adaptación?

# Situaciones y sentimientos comunes

Alguno de estos podría pasarte durante tu tiempo en casa, especialmente después de unas semanas.



Emoción o situación:	Reacción	Sugerencias:
Desgaste físico y emocional	Cansancio y fatiga	Agenda varios días de transición para descansar y relajarte entre la salida y llegada a casa. No sobrecargues tu tiempo en tu primera semana.
Cansancio o frialdad espiritual	Culpa	Ora y pídele a Dios más fuerza espiritual. Habla con tu pastor o un amigo de confianza quién pueda orar contigo.
Sentirse demasiado "extranjero" o fuera de lugar.	Confusión, desorientación	Reconoce y habla acerca de tus sentimientos, pero cuidado, debes ser enseñable y aprender más que señalar todas las diferencias.
Estar tan fuera de contacto con los temas de actualidad del país (políticos, económicos, etc.)	Vergüenza	Planea con anticipación leer y sumergirte. Busca a alguien que te envíe artículos de noticias mientras estás fuera. Sé enseñable.
Otros muestran tan poco interés en oír sobre tus experiencias	Desánimo, aislamiento, resentimiento	Tómalo como un hecho que los demás no suelen ser capaces de relacionarse con tus experiencias como tú desearías. Evaluar como cuentas las historias para ver si puedes ser más breve y creativo.
La gente hace muchas preguntas superficiales	Irritación	Prepárate para enfrentar estas preguntas, También desarrolla maneras de comunicar tu historia, .
Estar tan horrorizado por los valores de tu país de origen	Desánimo, decepción	Prepárate para una mayor brecha entre tus valores morales y los de tu propia cultura.
La familia se vuelva posesiva contigo después de tu regreso inicial	Impaciencia, desánimo	Asegúrate de reafirmar tu compromiso con tus padres y familia. Tranquilízalos diciéndoles que tú los amas.
Parecen ser insensibles al materialismo y el derroche. Además de apáticos e indiferentes con las necesidades del mundo.	Irritación, decepción, enojo, desánimo	Evita el resentimiento, enojo y respuestas que parecen críticas. Busca manera de enseñar en lo posible. Trata de informar sobre las necesidades del mundo en amor.
Estar tan preocupado con el desbalance de los obreros cristianos nacionales frente a los internacionales	Impaciencia, desánimo, desilusión	Planea cómo puedes usar tu vida y tu experiencia para desafiar a otros en casa al servicio misionero.
Ser ignorado y no necesariamente tratado como alguien especial a tu regreso	Desilusión, rencor	Aun cuando seas una persona "especial", no lo mires como un derecho a ser el centro de atención.
Encontrar una actitud crítica hacia el desarrollo de su propia cultura o colegas	Culpa, frustración	Las actitudes críticas fácilmente pueden surgir en tu tiempo de readaptación. No permitas que el enemigo use estas cosas para derrotarte.
Sentirse muy solo	Frustración, sentimientos de rechazo	Busca activamente relacionarte en casa. Involúcrate con las personas enseguida; no te aisles tú mismo de los demás.

# Cómo puedes manejar el choque de reintegrarte

para los  
OBREROS



En la última fila de las bancas de una iglesia se encuentra Sofía. Llegó tarde al culto tratando de evitar el saludo de la gente y el tiempo de ministración.

Hace unos meses, Lucía regresó de su viaje misionero, pero el choque cultural, las expectativas frustradas y la tristeza de haber dejado el campo la hacían huir y la mantenían distante de la gente. Sabe que tiene que hablar con alguien sobre lo que está sintiendo, pero no sabe con quién.

Carlos, por el contrario lo maneja diferente. Él está ansioso por contarles a todos lo que ha estado haciendo en las misiones, ha preparado todos sus reportes, se ha contactado con todos los apoyantes y ha pactado citas desde el momento que se bajó del avión.

Pero, después de tres semanas seguidas ha quedado exhausto. Ahora se encuentra irritado, enfermo y su familia se queja que no pasan tiempo juntos.

Ira, resentimiento, soledad, tristeza, depresión, cansancio extremo son algunas de las emociones que puedes experimentar cuando vuelves a casa por un tiempo de descanso o para quedarte del todo. Las iglesias enviadoras y la agencia tienen un gran compromiso en velar por tu cuidado, pero hay una parte que es totalmente tu responsabilidad como misionero.

Jessie Scarrow, consultora de cuidado integral, dice que los misioneros necesitan conocer sobre los procesos de reinserción. “Necesitan saber qué esperar, cómo identificar lo que les está sucediendo, cómo tomar

medidas para afrontarlo y como deben estar dispuestos a pedir la ayuda que requieren”.

Muchas veces la iglesia no sabe cómo tratar a los misioneros, por eso, una buena manera de enseñarles es haciendo tu parte como misionero que regresa.

## Algunas pautas de ayuda:

- **Planifica y organiza tu tiempo:** Usa tu agenda y programa las actividades que vas a realizar: descanso, visitas, reuniones, etc. Así, aunque haya cambios, podrás tener una idea más clara del tiempo que dispones y de lo que te propusiste hacer.
- **Anda con calma:** No tienes que hacer todo en un solo día. Se realista sobre lo que puedes cumplir y lo que no.
- **Descansa:** No está mal tomar un tiempo para relajarte. Considera hacer una parada en algún otro lugar antes de llegar a tu país de origen para que asimiles mejor el proceso de reintegrarte.
- **Dedica tiempo a tu familia y amigos:** Aunque tengas muchas citas y pendientes que realizar no olvides cuidar las relaciones personales. Cultivar esa amistad con tu familia y amigos te ayudarán a no sentirte solo y a desestresarte.
- **Busca ser ministrado:** No vayas sólo con la idea de dar sino también anda dispuesto a recibir. Habla sinceramente con tus pastores y líderes sobre las expectativas que tienes para que puedan ministrarte.
- **Analiza, procesa y asimila** tus experiencias en el campo realizando uno o más sesiones con un mentor de confianza, un pastor, líder o psicólogo cristiano.
- **Cuida tu corazón:** Es probable que tus amigos y familia no entienden al 100% todo lo que has vivido o no respondan como esperas. Trata de comprenderlos, ellos no han vivido la realidad que tú has experimentado. Evita resentimientos y no optes por aislarte.

Ver varios recursos aquí:

<https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar>

# Sentimiento de no pertenencia

Te sientes como un espectador queriendo participar de lo que pasa y no puedes.

- **Sentimiento de soledad.** Te sientes aislado de tus amigos y familiares más cercanos. Te sientes extraño entre ellos porque han cambiado.
- **Diferentes maneras de reaccionar.** Tal vez llores al ver un programa de niños, o te sientas abrumado al tener que escoger entre tantas opciones de películas o programas de televisión.
- **Sentimientos producidos por comparaciones.** Si serviste en un país menos/más desarrollado probablemente la diferencia material con respecto a tu país sea tanta que te sientas abrumado.

Si no te ajustas pronto, te encontrarás criticando y aislándote de las personas que te rodean que hacen exactamente lo que tú antes hacías. Peor aún, te sentirás enojado y frustrado. El apóstol Pablo quien sirvió en diferentes culturas mencionó con respecto a este tema:

*"He aprendido a estar satisfecho en cualquier situación en que me encuentre. Sé lo que es vivir en la pobreza. y lo que es vivir en la abundancia. He aprendido a vivir en todas y cada una de las circunstancias, tanto a quedar saciado como a pasar hambre. A tener de sobra como a sufrir escasez. Todo lo puedo en Cristo que me fortalece" (Filipenses 4:11-13).*

Pablo sabía cómo adaptarse en cada circunstancia donde se encontraba. Tú harás bien si sigues este ejemplo.

**Aurora Garza, socióloga en México**

**BPN (Bienestar para Las Naciones)**

[www.facebook.com/bpnmexico](https://www.facebook.com/bpnmexico)

nos ofrece el material

"Preparándote para tu regreso" completo:

<https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/preparandote-para-tu-regreso>



Foto/pexels-Skitter

## Trampas que evitar

Te enfrentarás a muchas situaciones difíciles. Algunas de estas son las más comunes:

**Frustración.** Las cosas pueden ser diferentes y algunas muy frustrantes.

**Desilusión.** Tú regresas muy emocionado sobre lo que estuviste haciendo pero todos en casa se ven apáticos. Como una persona dijo: "Ellos están en coma y ni siquiera lo saben".

**Actuar como juez.** Es muy fácil volverse crítico, condenador con otros frente al hecho de su aparente apatía.

### Sugerencias para evitar las "trampas"

Estas "trampas" pueden evadirse o al menos hacerse menos problemáticas en tu vida y en la de los otros. Aquí te damos algunas sugerencias:

**Llora tus pérdidas.** Separa algunos minutos cada día (tal vez en tus devocionales) para completar tu llanto de lo que dejaste atrás.

**Sé honesto.** No dejes que el orgullo (¿falsa espiritualidad?) te limite a compartir lo que enfrentas. Encuentra a alguien (otro misionero, un amigo cercano que siga siendo tu confidente, un consejero que entienda a los misioneros, etc.) que te mentoree en el proceso de regresar a casa.

**Agradece a tus apoyantes.** Aun si no has tenido la oportunidad de hablar a esa gente durante algún servicio de culto en la iglesia, busca alguna manera de darle las gracias a la gente que te ayudó. Tal vez puedas invitarlos para una comida que aprendiste a preparar mientras estabas en otra cultura y compartir lo que Dios hizo a través de tu vida.

**Ronald L. Kotesky**

Ver el material completo aquí: <https://movilicemos.org/recursos/despues-al-regresar/lo-que-los-misioneros-deben-saber-al-regresar-casa>

# "¿Cómo te fue?" Commúnicate bien

para los  
OBREROS



Foto/pexels-MatheusBertelli

La pregunta más común que oírás cuando regreses a casa es, "¿Cómo estuvo tu tiempo allá?" Algunas personas te harán esta pregunta como un saludo formal, otros realmente quieren saber. Una manera de anticipar el nivel de interés de una persona, es teniendo respuestas para los diferentes tamaños de preguntas.

- La respuesta de 15 segundos
- La respuesta de 1 minuto
- La respuesta de 5 minutos

Piensa en cómo vas a responder a esta pregunta de tal manera que invite una conversación y que dé la gloria a Dios.

*Cuando Pablo y Bernabé regresaron a su iglesia enviadora al final del primer período de su servicio misionero, ellos "reunieron a la iglesia y narraron las grandes cosas que Dios había hecho con ellos" (Hechos 14:27 y Hechos 15:4).*

## Contando historias interesantes

A la gente le gusta escuchar historias bien contadas. Por eso, necesitamos prepararlas intencionalmente:

- Deben ser breves (por lo general deben durar unos 3 minutos).
- Evita el exceso de detalles (los muchos nombres, lugares, y fechas distraen).
- No mientas ni exageres.
- Evita los estereotipos o las generalizaciones sobre el país o la cultura donde sirves.
- La historia no debe ser un documental de viaje, sino una invitación a tu experiencia.

## Evita la tentación de improvisar

Con demasiada frecuencia "volamos", es decir, tú podrías:

- Hablar demasiado tiempo.
- Usar excesivamente muletillas "ummm", "ah", "este..." "o sea...", y otras palabras que hacen que tus oyentes se duerman.
- Utilizar generalizaciones vagas acerca de tu experiencia (Ej. "Fue lindo.").
- No mostrar demasiada emoción ni la alegría que quisieras transmitir.
- Perder la oportunidad de compartir una gran historia.

## Mis Presentaciones

Escribe un bosquejo para una charla de 30 minutos y una presentación PPT que tus amigos, familia e iglesia local te podrían pedir.

**¿Qué incluir?** Haz una lista de historias interesantes, verdades que Dios te enseñó y lo que viste que Dios estuvo haciendo.

**¿Quién es tu audiencia?** Tu presentación necesitará ser diferente para los niños de la escuela dominical como para los adultos en la academia bíblica. Adapta tu presentación – historias, fotos, música, etc. – de acuerdo con la audiencia.

**¿Qué quieres que tu audiencia recuerde cuando ellos salgan de tu presentación?** El mensaje de Dios debe ser el fundamento de tu presentación.

**¿Cómo quieres que la audiencia responda?** Determina que respuesta quieres antes de que hables. ¿Quieres una respuesta más comprometida... en orar, dar o ir?

**¿Qué ayuda audiovisual usarás?** Una imagen vale más que mil palabras, pero algunas no valen la pena mostrarlas. Selecciona unas cuantas fotos de alta calidad sobre tu experiencia misionera.

Si quieres que las personas escuchen tus historias y presten atención a tu experiencia misionera, necesitas cuidar lo suficiente la preparación.

# Padres misioneros, sus hijos los necesitan



Cuando se planea el tiempo de licencia (HA), los padres pueden ignorar o minimizar las necesidades de sus hijos ya que a menudo están ocupados con los detalles de ir a casa. Los niños pueden experimentar los mismos sentimientos que sus padres y otros también.

**Es importante recordar que los padres están yendo a casa, pero muchos niños están dejando casa.**

El tiempo de licencia (HA) puede ser difícil para los niños ya que están expuestos y son observados.

Ellos no están al día de las últimas tendencias, música ni jergas. Haber vivido en otra cultura les ha dado una vista más amplia del mundo, haciendo que sea más difícil aceptar los valores de aquellos que son de la cultura de origen de sus padres.

- Ora con tus hijos por las necesidades específicas que ellos enfrenten.
- No tengas expectativas poco razonables con ellos.
- Escucha sus preocupaciones y elaboren estrategias de solución juntos.
- Habla con otros misioneros sobre la adaptación de la familia para tener ideas útiles.
- Planea tiempos para divertirse, tiempos para descansar y recuperarse como familia.



Foto/pixhere.com

Su HTC (hijo de tercera cultura) puede parecer que lo está haciendo bien. Su HTC puede incluso decir que lo están haciendo bien. Pero, por favor considere que pueden estar en modo de auto - preservación.

Como me pasó a mí, puede que no sean capaces de examinar el trauma de la transición, excepto mirándolo cuidadosamente desde una distancia emocional.

Sus hijos los necesitan. Necesitan que escuches sus sentimientos sin juzgarlos ni ponerte a la defensiva. Necesitan poder decir: "Esto me duele". Necesita poder decir: "No quiero irme". Necesitan poder decir: "Echo de menos \_\_\_\_\_". Necesitan ser capaces de llorar, de estar enfadados.

Para ser sincero, las decisiones de mis padres me causaron dolor. Todas las despedidas y los saludos, los cambios y las mudanzas, todas las transiciones y los abandonos, fueron difíciles para mí. A veces lo demostraba. A veces no.

**Danica (HTC)**



Foto/pexels-Cottonbro



*Nerviosos y asustados.  
Felices y totalmente  
dispuestos a subirse  
a ese avión con la  
familia al otro lado.  
Extremadamente tristes por  
dejar un hogar que ellos aman.*

## ¿Cómo los preparo para lo que está por venir?

**Comunícate** - una conversación abierta, honesta, real y sincera. Escuchar sus preocupaciones.

**Despídete bien** - Despedirse es un proceso de aprendizaje. Es incómodo, duro, triste y

una parte importante de la vida estar en el extranjero. Ayude a sus hijos a despedirse bien.

**Recuérdales el por qué.** ¿Por qué estamos aquí? ¿Qué estamos haciendo? Recuérdales lo positivo. Recuérdales que Jesús está con ellos y los está utilizando para cosas increíbles.

**Mantente Práctico** - Ponte en contacto con sus escuelas. ¿Qué necesitan para cerrar la vieja escuela? ¿Qué necesita la nueva escuela? Papeleo, exámenes, etc. Ropa para las nuevas temporadas en su país de origen. Citas con el médico. Las necesidades prácticas de nuestros hijos misioneros se acumulan rápidamente. Haga listas.

**Orar por Sabiduría** - Necesitamos que Dios nos ayude.

Foto/pexels-JuliaCameron



## Ayudando a los adolescentes

Debes intentar de ver el regreso a través de los ojos de tu adolescente. Puede ser que estén nerviosos y preocupados de entrar a la cultura y muy sensibles de situaciones que para ti no son difíciles.

- Habla con tu hijo de las cosas que esperas de él en diferentes situaciones.
- Evita poner a tus hijos en la mira. Si te invitan a compartir sobre tu trabajo misionero a una iglesia, avísales con tiempo si quieren que participen. No los llames al frente a última hora.
- Si sus amigos vienen a visitarle, haz un esfuerzo por ser sensible y no avergonzarlo. No les hables en otro idioma o cuentes una historia del campo misionero.
- Si tu adolescente se frustra o enoja, no te preocupes, es una parte normal de su proceso de readaptación.
- La mejor manera de ayudar a tu adolescente es haciéndole saber que cuenta contigo y que pueden hablar de cualquier cosa que le preocupe.

**Aurora Garza, socióloga en México**

## Tus hijos observan todo

Muchos HTC desarrollan una idea **errónea** de obtener apoyo. A través de la observación pueden pensar que:

- Si gustamos a los simpatizantes, nos apoyarán.
- Si no les gustamos, dejarán de apoyarnos.
- Si dejan de apoyarnos, tendremos que abandonar el campo y "la-vida-como-la-conocemos" llegará a su fin.

### Los padres tienen que ayudar a sus hijos en esta etapa:

- Sean sinceros y vulnerables al compartir sus historias y necesidades.
- Asegúrate de que tus hijos misioneros sepan que tú eres el adulto, tú eres el personaje público, tú eres el que lleva la carga, el esfuerzo y el resultado.
- Libera a tus hijos de toda responsabilidad por los resultados de tu recaudación de fondos. Háblales de finanzas de una forma que ellos entiendan.
- Valide los talentos de tus hijos, pero no los utilice como herramientas para recaudar fondos.
- Dale la opción de no participar en tus reuniones, ni asistir a clases para jóvenes.

**Michele, HTC sirviendo HTC**

para los  
**PADRES**

# Prepara a tu familia para el regreso

Los padres necesitan mucha sabiduría para preparar a sus hijos para regresar del campo. Una de las cosas más importantes que pueden hacer es hablar con ellos y explicarles lo que pueden esperar al llegar a casa, las cosas que serán diferentes de la cultura donde viven y las que serán similares. En caso de que tengas familia considera las siguientes recomendaciones:

**Ayuda a tus hijos a evaluar la experiencia.** No olvides incluir a tus hijos en el proceso de evaluación, especialmente si son adolescentes.

**Prepáralos para el choque cultural.** Intenta algo de reaculturación con tus hijos antes de regresar. Piensa en las cosas que tus hijos dicen o hacen que fueran raras para su familia y amigos en casa.

**Lleva objetos especiales a casa.** Deja que tus hijos escojan algunos objetos que son especiales para ellos. Aún si escogen cosas



Foto/pexels-VladaKarpovich

raras, respeta sus gustos. Anímale a escoger regalitos para llevar a las personas que son importantes para ellos.

**Anima que hagan un álbum de fotos** para contar sus historias

*Aurora Garza, socióloga en México*

## Creando un álbum

*Un álbum puede llegar a ser tu mejor manera de presentación con grupos pequeños o reuniones entre amigos. Es muy bueno para que los hijos de misioneros tengan una herramienta para comunicarse. Los niños quieren mostrar su habitación, su jardín, sus amigos, sus mascotas, etc. Esto ayuda mucho en su proceso de transición y adaptación.*

Se puede hacer un álbum casero, cortando y pegando fotos impresas o hacerlo en la computadora e imprimir las páginas diseñadas.

### Pasos para hacer un álbum

- 1. Elige varios temas generales (5-15).** Unas ideas de categorías pueden ser: una mirada a la gente del lugar, la comida, religión, animales, cultura, tu ministerio, de algunas personas claves, de tu familia, etc.
- 2. Busca y agrupa las fotos según el tema.** Usa unas pocas fotos por página (5-7 fotos por tema).
- 3. Escribe poco texto** para cada página.
- 4. Haz el diseño.** Puedes crearlo en cualquier programa de diseño e imprimir las páginas. Considera plastificarlas y anillar las hojas.
- 5. Lívalo contigo siempre.** No sabes cuándo ni cuánto te podría servir.



Foto/pexels-KrystynaWojcisz



# Cursos en línea



[cursos.movilicemos.org](https://cursos.movilicemos.org)

Nuestros cursos en línea NO son clases en vivo o por ZOOM, sino que están diseñados para que los hagas a tu propio ritmo y tiempo. Todos los módulos están disponibles en todo momento.



## Preguntas frecuentes

### ¿Los cursos están en vivo por zoom?

Nuestros cursos en línea no son clases en vivo o por ZOOM, sino están diseñados para que los hagas a tu propio ritmo y tiempo. Todos los módulos están disponibles en todo momento durante tu acceso al curso.

### ¿Cuándo inicia el curso?

Todo el contenido es 100% en línea, con clases pregrabadas a las que tendrás acceso de manera ilimitada. ¡Puedes comenzar y desarrollarlo a tu propio ritmo!

### ¿Este curso incluye certificado?

¡Sí! Luego de haber concluido todas las lecciones y aprobado las pruebas del curso, podrás descargar e imprimir tu certificado desde la plataforma.

### ¿Cómo puedo inscribirme en este curso?

Es bastante sencillo. Regístrate o inicia sesión en <https://cursos.movilicemos.org/> y selecciona el curso para comenzar a aprender.

### ¿Qué hago si no puedo usar Pay Pal para pagar? ¿Hay ofertas?

Si necesitas ayuda, escríbenos a [cursosmovilicemos@gmail.com](mailto:cursosmovilicemos@gmail.com).

### ¿Hay becas para los cursos?

Si necesitas ayuda financiera, escríbenos a [cursosmovilicemos@gmail.com](mailto:cursosmovilicemos@gmail.com)

### ¿Qué ofrece el proyecto Movilicemos?

Una biblioteca de materiales en [www.movilicemos.org](http://www.movilicemos.org)  
Facebook: /movilicemosalaglesia/  
Varios recursos impresos, disponibles en varios países