



Esperanza para dos y para todos

Cuando entramos en la vida de un niño en acogimiento temporal o por medio de la adopción, entramos a un mundo de heridas. Entramos a ser parte de la historias de niños y del dolor de su pasado. Estas heridas se manifiestan en muchas maneras. Lo vemos en las cosas a las que le temen, en sus reacciones inesperadas a cosas ordinarias. Lo vemos en sus interacciones con los demás y en su rendimiento en el colegio. Las heridas del pasado tienden a manifestarse en el presente por medio de dolor.

A veces las heridas que vemos en nuestros niños son tan evidentes que perdemos de vista una parte muy importante de la ecuación: nuestras propias heridas

No podemos olvidar que nosotros también hemos pasado por cosas, nuestro pasado y heridas se manifiestan en cómo criamos y trabajamos con los niños. Lo vemos en cosas que nos dan miedo, en nuestras reacciones inesperadas a sucesos ordinarios. Lo vemos en nuestras interacciones sociales y nuestro rendimiento en el trabajo.

Las cosas con las que lidiamos a medida que criamos y trabajamos con niños y adolescentes que han venido de lugares difíciles, no es solamente acerca de sus heridas. Es acerca de una colisión de sus historias con las de los adultos en sus vidas. Los niños conocen, la mayor parte del tiempo de forma inconsciente, tus áreas débiles. Por eso hay una razón por la cual tus debilidades son diferentes a las de tu esposo/a o la de tu mejor amigo. Esos "botones" o las cosas que nos hacen perder la paciencia por completo, vienen del barro de nuestras propias experiencias, trauma, pecado, inseguridades y temores. Cada una de ellas interactúa con las de los demás y muchas veces produce resultados que ninguno desea.

La Dra. Karyn Purvis frecuentemente decía que no podemos llevar a un niño a un lugar de sanidad donde nosotros no hemos sabido llegar. Así que la próxima vez que estés consciente de las heridas y debilidades de tu hijo, recuérdate que así mismo tu tienes las tuyas y que hay esperanza para ambos. Es por esto que enfatizamos tanto el cuidado personal. No es una tarea fácil pero es necesaria.

Como padres, cuidadores o personas que trabajan con niños, pueden haber diferentes temporadas en que se enfocan más en unas cosas que otras, quizás has estado por una temporada enfocando demasiado en el bienestar y la salud de tu hijo al punto que te has descuidado completamente de ti. Quizás creen que las necesidades de los niños son más importantes que las tuyas. Y pudiera ser que has fallado en reconocer que cuidar de ti asegura que tengas lo necesario para criar y servir a los chicos de la mejor manera posible.

Muchos padres cargan su cansancio como si fuera una medalla de honor. Es algo notable cuando le preguntan a cualquier padre o madre de un recién nacido. Pero cuando eres el padre o madre de un chico que ha venido de un lugar difícil, aumenta la necesidad de tu cuidado personal. Para poder criar adecuadamente, sus tanques emocionales, físicos y espirituales deben ser llenados constantemente. Y esto es cierto para todos los padre pero especialmente para aquellos con hijo que tienen necesidades especiales ya sean emocionales o físicas, a la vez que aquellos que trabajan con los chicos y sus familias.

Esto no es ser egoísta. Si has tenido la oportunidad de viajar en avión, habrás escuchado durante la explicación de las normas de seguridad, que siempre dicen si la cabina experimenta algún cambio de presión bajarán las máscaras de oxígeno, pongase la suya primero. ¿Por qué? Porque si el adulto sufre, hay una persona menos capaz de ayudar a otros.

Quizás es hora de buscar terapia o consejería para lidiar con algunas cosas del pasado.

¿Qué vemos en la Palabra?

Vemos que Jesús se tomaba tiempo lejos de las multitudes, que lo necesitaban desesperadamente, para orar, refrescarse y re-enfocarse. A medida que vives día a día, trata de separar un tiempo y/o buscar un lugar para orar, un momento para estar a solas o en silencio y reflexionar en el Padre que conoce más acerca de cuidar niños con necesidades especiales ya que el cuida de nosotros día tras día. Pon en tu horario momentos de calma, quizás tomar una siesta cuando tu hijo duerme, conectarte con un compañero confiable de oración o de ánimo o incluso agenda una cena con familiares que sean de apoyo verdadero para ti.

La comunidad es clave cuando estás en las trincheras. Conectarte con tu Padre celestial es de gran importancia para darte la habilidad de ver con una perspectiva eterna. Al transcurrir los días, cambia la manera en que te hablas a ti mismo/a, sé más amable en tu diálogo interno, anota tus pequeñas victorias y da gracias. Se intencional en estas prácticas porque la alegría de esas pequeñas victorias fácilmente se puede ahogar en medio de las necesidades y dificultades que enfrentamos. Y más importante, al final del día, reflexiona en la bondad de Dios al haberte dado tu hijo o hijos para formar parte de tu familia. Dale gracias por la gracia y misericordia que te dio al darte tus hijos. Dale gracias por estas almas valiosas que ven en ti un destello de quien es el Padre celestial que los ama. Y luego

respira, hoy lo hiciste bien.

Y como todos necesitamos un poquito de cuidado, aquí te brindamos una pequeña lista para revisar en qué áreas pudieras mejorar:

1. ¿Estás durmiendo lo suficiente?
2. ¿Estás comiendo adecuadamente?
3. ¿Estás haciendo actividades físicas de forma regular?
4. ¿Estás tomando tiempos de descanso lejos de actividades o eventos estresantes?
5. ¿Estás pasando tiempo a solas con tu pareja?
6. ¿Te ríes con frecuencia?
7. ¿Estás pudiendo expresar tus temores, sentimientos o frustraciones con alguien? ¿en voz alta?
8. ¿Dejas que alguien cuide de ti cuando lo necesitas?

Algunas ideas para ti:

- Organiza una cena rica con tu esposo/a
- Ve a arreglarte las manos, los pies o el cabello.
- Sal con uno o un grupo de amistades
- Asiste a una reunión de apoyo grupal
- Ve a la iglesia esta semana
- Ve al cine
- Busca ayuda profesional para ti como padre si crees que lo necesitas.

Servicios a la Familia de Clamor del Corazón Ministerio a los Niños
info@hccministry.org
+507 393-9115 | www.serviciosalafamilia.org