

Una etapa especial

■ Autoconcepto y aceptación

“Hasta ahora todo parecía ir bien pero de repente empieza a comportarse de forma un tanto extraña, no sale con sus amigos, se quita los audífonos, a veces dice que está feliz, otras no tanto, tiene pensamientos negativos: ¡No sé por qué he tenido que ser sordo! ¿En qué voy a trabajar? ¡No me entendéis!...”

¿Quién soy?

Llega la adolescencia, una etapa que a veces da un poco de miedo a padres y madres. El adolescente empieza a tener experiencias más intensas, va conociéndose mejor a sí mismo, y va haciéndose una idea más real de quién es: qué se le da mejor, cómo se desenvuelve con sus amistades, cómo suele comportarse con su familia, etc. Una etapa más en la vida de vuestras hijas e hijos en la que podéis acompañarles.

¡Manos a la obra!

1. Antes de empezar

Cada edad tiene sus características propias y la adolescencia es una etapa en la que se aproximan a la vida y responsabilidad adultas. Además se empiezan a preocupar más por conocer los rasgos que les definen y les diferencian de los demás.

❖ **¿Quién soy? ¿Cómo soy?: el autoconcepto.**

A lo largo de toda nuestra vida nos vamos haciendo una idea de cómo somos por lo que nos dicen nuestros familiares, nuestros profes, nuestros amigos y amigas, por nuestros resultados académicos y deportivos, etc. En la adolescencia nuestro autoconcepto, es decir, lo que pensamos de nosotros mismos, es como si “saliera a la superficie” y nos planteáramos cosas que antes no hacíamos. Con vuestras hijas e hijos sordos pasa lo mismo: también son adolescentes.

www.mihijosordo.org

1

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

- ❖ **Soy así: aceptarse a uno mismo.** Todos y todas nos tenemos que enfrentar con cosas de nosotros mismos que nos gustan más que otras: ser más bajo que los que tenemos alrededor, no ser el más divertido del grupo, no ser una de las primeras de la clase, etc. Aceptar nuestras características personales no se hace “de la noche a la mañana” y es algo que iremos consiguiendo con la edad y la adolescencia es una etapa en la que este proceso parece que se vuelve un poco más confuso. Aunque todos y todas tenemos unos rasgos personales que nos definen, dependerán en muchos casos de la situación en la que nos encontremos y podemos hacer mucho al respecto echándole un poco de esfuerzo y confianza. Hay mucho tiempo por delante y la vida siempre pone en nuestro camino muchas gratas sorpresas; lo importante es disfrutar de cómo somos y de ir aprendiendo a cada paso.
- ❖ **La sordera: una cuestión más.** Seguro que muchas veces os ha venido a la cabeza pensamientos de este tipo: “Mi hijo es sordo... no es lo mismo”. La sordera de tu hijo o de tu hija es algo que estará presente durante toda su vida y de hecho ha crecido con ella hasta llegar a la adolescencia. Si desde el principio ha ido asimilando que la sordera es una característica más pero que no será lo más importante, ni lo que determinará su vida, al llegar a la adolescencia ya tendrá un gran camino recorrido para “redescubrir” quién es.
- ❖ **Soy único, me diferencio de los demás: la identidad personal.** En esta etapa, sordos y oyentes, se encuentran con un “problema” fundamental: la búsqueda de la propia identidad. Quieren ser diferentes de los demás, con personalidad propia y singular, pero no pueden vivir sin su grupo de amigos y amigas. Es decir, ser único y diferente pero también ser aceptado por su grupo de amigos y amigas.

www.mihijosordo.org

2

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

Mamás y papás

La adolescencia es una etapa de descubrimiento: para tu hijo y para tu hija que han de “redescubrir” quiénes son; y para vosotros, padres y madres que aprendéis de cada día que pasáis con vuestro hijo o hija adolescente, y que os dais cuenta de que seguís siendo los mejores.

2. Una buena manera de empezar

Conocerse a sí mismo y aceptarse es un proceso personal, y que todos, sordos y oyentes, han de hacer a lo largo de toda su vida. Pese a ser algo “personal e intransferible” la familia tiene un papel muy importante para facilitar este proceso. He aquí algunas ideas que podéis empezar a poner en práctica.

- ❖ **Ya habéis empezado.** Vuestra hija o vuestro hijo ya es adolescente, lo que quiere decir que, aunque en estas edades es cuando la aceptación de uno mismo “sale a la luz” ya habéis estado poniendo las bases para afrontar esta etapa con unos buenos recursos personales: autonomía y responsabilidad, capacidad de reflexión, de comunicación, valentía, y lo más importante: el apoyo de su familia.
- ❖ **Estar disponible.** Todavía os necesitan. La adolescencia es un medio camino entre la adultez y la niñez: quieren hacer su vida pero cuando pasa algo acuden a vosotros, son independientes pero necesitan vuestra opinión, etc. En el fondo necesitan saber que seguís estando ahí en esta búsqueda de su identidad.
- ❖ **Dar responsabilidades y autonomía.** Buscar la propia identidad es un proceso en el que investigar, conocer a sordos y oyentes, enfrentarse a decisiones, dudas y temores. Dar autonomía y que vaya ejerciendo su condición de adulto de forma responsable, con su padre y su madre acompañándole en este proceso, le dará seguridad y confianza para ir conociéndose.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

Puedes encontrar más información sobre este tema en Autonomía y barreras.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > Autonomía y barreras

- ❖ **Dejar que se exprese.** La adolescencia se caracteriza por una necesidad imperiosa de expresarse y comunicarse, y por la existencia de otros momentos en los que parece que están metidos en su mundo. No deja de ser otra forma más de búsqueda de la identidad. Los adolescentes sordos también lo necesitan: preguntarse a sí mismos, a los demás, investigar, probar... Ser sordo, oyente, tener implante coclear, audífonos, tener amistades sordas u oyentes son cuestiones que se planteará y que le pueden generar sentimientos que no conocía. Y necesita expresarlo. Estar atentos a esta necesidad y dejar que se expresen, facilitará que este proceso lleve su curso.

¿Qué ha aprendido?

En este camino todos aprendéis: vuestra hija o hijo sordo se dará cuenta de que la sordera es una característica personal que tendrá que enfrentar, al igual que otras como ser más habilidoso en el deporte, que se le den mejor las matemáticas que la historia, o tener un carácter más o menos sociable. Y vosotros y vosotras, padres y madres, que aprendéis que tenéis un papel muy importante en este proceso personal, también en la adolescencia.

Hablan las mamás y los papás...

Antonio no tiene amigos

Las amistades son algo muy importante a estas edades, incluso a veces parece que su opinión es más importante que la de padres y madres. Tener un grupo de amigos y amigas en estas edades facilita la expresión de los sentimientos que saca a luz la adolescencia. Animarle para que conozca a más jóvenes sordos y oyentes, que se apunte a actividades de ocio y tiempo libre con otros

www.mihijosordo.org

4

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

adolescentes (campamentos, equipos deportivos, grupos de teatro, etc.) hará que tenga más oportunidades para conocer a más como él o ella, para expresarse, para conocerse a sí mismo, y para aceptar que todos y todas somos diferentes e iguales al mismo tiempo, pero no mejor ni peor: tan solo diferentes.

Puedes encontrar más información en el apartado Amistad.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > La amistad

Se tapa los audífonos con el pelo

Entre adolescentes sordos a veces se dan estas situaciones, sobre todo, al empezar la etapa de Secundaria. Mientras en el colegio parecía que no tenían mayores problemas con llevar audífono o implante colear, de repente al principio de curso intentan disimularlo, o incluso se lo quitan al entrar en el instituto. La adolescencia es una etapa en la que la imagen personal es muy importante, y aunque necesitan sentirse únicos y diferentes, no quieren que se les etiquete y aparecen dudas. En estas edades no suele dar buen resultado obligarles, es mejor buscar momentos en los que pueda expresar esas inseguridades. Aprovechad para escucharle y recordarle también los beneficios que le aporta la prótesis: podrá comunicarse más fácilmente, los demás se darán cuenta de que no se avergüenza de ser como es, etc. Él o ella es especial: por su forma de ser, por su personalidad, por su buen gusto, y por su prótesis auditiva ¿por qué no?.

Puedes encontrar más información en El audífono y el implante coclear como marca de la sordera.

Mi hijo adolescente > Una etapa especial > El audífono y el implante coclear como marca de la sordera

No quiero ser sordo

Podría darse el caso de que vuestro hijo o hija expresara de alguna manera que no quiere ser sordo. Muchas veces ante una frustración, una dificultad, un

www.mihijosordo.org

5

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

desengaño amoroso, etc. expresamos esta frustración e impotencia de muchas maneras, y esta puede ser una de ellas. Buscad un momento tranquilo en el que poder conversar con él o ella y mostraros disponibles para charlar sobre las dificultades con las que todos nos encontramos, oyentes y sordos, recordadles sus cualidades y pasad un rato agradable en familia.

Su amiga y ella han decidido quitarse los audífonos

“Ya son mayores” “Deciden por sí mismos” “Se quieren diferenciar de los demás” “Nadie decide por ellos” ¡Claro! Es la adolescencia. Las prótesis auditivas proporcionan una gran ayuda para acceder al mundo sonoro, pero ha de ser algo que realmente tu hija o tu hijo quiera llevar, y ser consciente de los beneficios que aportan. Encuentra algún momento para preguntarle por qué se los quiere quitar, y que esa decisión ha de ser razonada y responsable. ¿Realmente no les aportan beneficios? ¿Les da vergüenza llevarlos?. Algunos adolescentes pueden utilizar estos comportamientos para “enfrentarse a la autoridad paterna”, es como si os echaran un pulso para saber hasta dónde podéis llegar. No olvidéis escucharles, razonar entre todos y que ellos y ellas también os escuchen. Hacerse mayor es un proceso en el que tomar decisiones responsables, pero que al fin y al cabo son personales e intransferibles. También, podéis probar a que hable con algún adulto sordo que trabaje en alguna entidad de personas sordas y así contar con distintos puntos de vista antes de tomar la decisión.

Puedes consultar asociaciones de familias con hijas e hijos sordos en Asociaciones y federaciones.

Dónde acudir > Asociaciones y federaciones

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

Algunas buenas ideas

- ❖ **Crear un blog, escribir un diario, etc.** La necesidad de expresarse y encontrarse a sí mismo, es algo propio de la adolescencia. Escribir diarios puede ser una buena forma de expresarse y poner por escrito todos los sentimientos, vivencias, alegrías y preocupaciones que van apareciendo en su mundo interior. Los *blogs* también pueden ser una buena idea. La ventaja que ofrecen es que tienen un formato muy visual, y puede expresarse a través de la lengua de signos, de la escritura, incluir vídeos e imágenes, enlaces a páginas webs que le gusten, etc. Buscar la propia identidad y saber quién es uno mismo, es un proceso en el que se generan muchas energías que expresar y compartir con uno mismo y con los demás.
- ❖ **Libros, películas y obras de teatro.** Verse reflejado en los demás, conocer otras historias similares a las tuyas, a otras personas que se han enfrentado a dificultades, hace que se vea la vida a uno mismo de otra forma. Cada vez existen más novelas, libros, películas y obras de teatro que tratan sobre personas sordas o que han sido escritas por ellas y que harán más fácil la búsqueda de la identidad propia de tu hijo o hija adolescente.

Puedes encontrar algunas publicaciones de este tipo en el apartado de Materiales.

Materiales > Hijas e hijos sordos

- ❖ **Conocer a personas sordas adultas.** La identidad personal y cómo se ve uno a sí mismo se forma conociendo a otros y otras iguales a ti, y tomando modelos a los que querer parecerse o no. Para los adolescentes oyentes es más fácil encontrar a otras personas adultas con las que interactuar: papá, mamá, el hermano mayor, la prima preferida, e incluso podemos encontrar modelos a imitar en la televisión o en el cine. Para los adolescentes sordos no es tan fácil encontrar a otras personas adultas

www.mihijosordo.org

7

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

sordas en las que fijarse para construir su propia identidad. En las asociaciones y federaciones de personas sordas hay muchos profesionales sordos que pueden ser un punto de partida para ir conformando la propia identidad. No todas las personas sordas son iguales pero oyentes y sordos necesitamos conocer a distintos “ejemplos” de personas adultas, sordas y oyentes, para ir conformando nuestra personalidad propia, única e irrepetible.

Puedes consultar asociaciones de familias con hijas e hijos sordos en Asociaciones y federaciones.

Dónde acudir > Asociaciones y federaciones

- ❖ **Conocer a otros jóvenes sordos.** Algo parecido ocurre a la hora de compartir experiencias y vivencias con otros adolescentes sordos. Contarse lo que ocurre en el instituto, lo que se siente ante un desamor, cómo se las ingenió para comunicarse con una chica oyente, quejarse de que las películas españolas no están subtituladas en el cine, etc. son cosas propias de la edad que muchas veces necesitamos contárselas a alguien que lo conozca de primera mano. Relacionarse con otros adolescentes sordos, y oyentes, le facilitará ir conociéndose a sí mismo y a aceptar sus potencialidades y características propias.
- ❖ **Poner por escrito lo que es capaz de hacer.** Puede que llegada la adolescencia vuestro hijo o vuestra hija “eche la culpa” de las dificultades con las que se encuentre a su sordera. Podéis probar a recordarle todo lo que es capaz de hacer y centraros en las muchas capacidades y potencialidades que posee. Poner por escrito todas estas cosas positivas hace que seamos conscientes de todo lo bueno que encerramos en nuestro interior. Cuando, al estar escribiéndolo aparezcan cosas “negativas” podéis darle la vuelta y transformarlas en retos a superar y pensar en cómo poder hacerlo. Si en clase no acaba de entender bien al profesor pensad en cómo solucionarlo: hablar con el profe para ver qué

www.mihijosordo.org

8

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

se puede hacer, solicitar un intérprete de lengua de signos, dedicarle más tiempo a esa asignatura, etc.

Puedes consultar más información sobre alguno de estos aspectos en En el instituto no tiene intérprete de lengua de signos.

Mi hijo adolescente > Estudios y opciones de futuro > En el instituto no tiene intérprete de lengua de signos

¿No te ha quedado claro?

No olvides que puedes consultarnos en el apartado *Pregúntanos*. Además en la colección de DVD *Mi hijo sordo* podrás ver aspectos relacionados con los jóvenes sordos en estas edades. Ver *Materiales*.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación