

Mis sentimientos

■ ¿Por qué no le ha pasado a otra persona?

De familia a familia

“Recibir la noticia de que Álex era sordo fue muy duro para nosotros. Llegamos a pensar que por qué no le habría pasado a cualquier otra persona, que no nos lo merecíamos.

Con el tiempo nos dimos cuenta de que lo que pasaba era que estábamos perdidos y necesitábamos asimilar todas las cosas nuevas que nos estaban pasando.”

¿Por qué me siento así?

Saber que vuestra hija o hijo es sordo provoca emociones muy intensas, el preguntarse por qué os ha pasado a vuestra familia y no a otra es también muy frecuente. En realidad lo que ocurre es que esta noticia os ha desbordado y es normal preguntarse por qué, qué habéis hecho para que os haya pasado a vosotros y sobre todo, que penséis que “esto no es justo”.

Tenéis todo el derecho del mundo a sentir os así. Ahora necesitáis tiempo para asimilar la noticia, para que os adaptéis a esta nueva situación y os deis cuenta de que, aunque es frecuente preguntaros por qué os ha pasado a vuestra familia, no os podéis quedar ahí: aunque ahora os cueste, hay muchas cosas que podéis hacer y la situación mejorará si os lo proponéis.

www.mihijosordo.org

¿Y ahora qué? Hablan las familias

Si veía a una embarazada me sentía muy triste, no entendía por qué a mí

Es normal que al principio sintáis enfado, tristeza... Todo esto es muy nuevo para vosotros y vosotras y a veces ver a alguna mujer embarazada o alguna familia con hijas e hijos os hará recordar vuestra situación y volveréis a pensar en el por qué de todo esto. Tenéis que saber que esto es normal al principio, habrá muchas cosas que os hagan recordar lo que ha pasado y os vuelvan todos esos sentimientos de golpe. Es normal y no significa que le deseéis lo mismo a otra familia, es solo que necesitáis tiempo para "digerir" esta nueva situación y ver a otras familias es una especie de recordatorio de vuestros miedos y preocupaciones iniciales. Conveceos de que esto pasará, como pasó para muchas familias como la tuya.

Hablar y conocer a otras familias con hijas e hijos sordos fue un gran alivio

Cuando las familias os encontráis a más familias en vuestra misma situación os dais cuenta de la de cosas que tenéis en común: sentimientos, experiencias... Muchas de estas familias han pasado por lo mismo que vosotros y vosotras, entienden cómo os sentís, han estado igual de perdidos, han tenido que tomar decisiones importantes y se han dado cuenta de que todo esto es un proceso normal en el que los altibajos son frecuentes. Las asociaciones de personas sordas y familias de niñas y niños sordos así como los centros educativos con alumnado sordo son buenos sitios para conocerles: seguro que será una gran experiencia.

Pensaba si lo que había pasado era una especie de castigo por algo. ¡Qué equivocado estaba!

Es muy habitual intentar buscar una explicación a todo esto y a veces pensamos que ciertas cosas nos suceden por algo que hicimos o dejamos de hacer, como una especie de "castigo". No es práctico ver las cosas que nos suceden en la vida en términos de premios y castigos ya que es una forma de sentirnos a merced del azar, de algo que no podemos controlar. Es bueno que estas cosas las

www.mihijosordo.org

habléis: os daréis cuenta de que no es real, de que lo que ocurre es que os sentís perdidos.

Al principio fue duro pero gracias a Miguel nos dimos cuenta de muchas cosas

Lo que ahora os parece un mundo y os cuesta entender es algo que forma parte de este proceso de ir aceptando la nueva situación. Poco a poco os iréis dando cuenta de la cantidad de cosas que os hará ver vuestra hija o hijo sordo: conocer a otras familias, vivir otras experiencias, daros cuenta de que sois capaces de superar las dificultades, que tu hijo o hija no es solo la sordera sino que tiene muchas capacidades como cualquier persona en desarrollo, etc.

Mamás y papás

Necesitáis tiempo para asimilar esta situación y por eso es normal que tengáis muchas dudas, preocupaciones y ciertos pensamientos de por qué a vosotros y no a otra familia. Aceptar esos sentimientos como parte de este proceso y superarlos es lo que hará que os vayáis sintiendo cada vez mejor. ¡Ánimo!

Recuerda que no estás solo. En la página web encontrarás mucha información para resolver tus dudas además de poder consultarnos en el apartado *Pregúntanos*.

En la colección de DVD *Mi hijo sordo* podrás ver aspectos relacionados con las niñas, niños y jóvenes sordos. Ver *Materiales*.