

## Mis sentimientos

### ■ *Si hubiera tenido menos estrés en el trabajo no habría pasado*

#### *De familia a familia*

*“Recuerdo que encontrar la causa de por qué Kevin era sordo nos llegó a angustiar mucho. Cualquier cosa, por insignificante que fuese, nos parecía una posible respuesta al porqué de su sordera.*

*Poco a poco dejamos de angustiarnos con ese tema y empezamos a pensar más en ¿y ahora qué? A buscar soluciones, ayudas, profesionales que nos orientasen y, sobre todo, conocer a más familias como la nuestra, algo que nos relajó y nos devolvió la confianza”.*

#### *¿Por qué me siento así?*

Es normal que cuando nos ocurre un imprevisto en nuestras vidas busquemos el porqué. Esto lo hacemos para entender mejor lo que ha ocurrido. Aceptar esta nueva situación, para mamás y papás es un paso difícil. Es normal que busquéis las causas de por qué ha ocurrido y es frecuente pensar que cualquier situación haya podido desembocar en que vuestra hija o hijo sea sordo: el estrés laboral, aquella comida de empresa o incluso aquel cigarrillo que fumaste. Todos esos pensamientos a veces ilógicos también son normales y forman parte de este proceso de aceptar lo que está pasando y adaptaros a la nueva situación.

Buscar las causas es una tarea complicada, de la que se encargan los médicos y puede llegar a ser un proceso doloroso para la familia. El saber o no la causa no os va a impedir o facilitar empezar a moveros y a buscar soluciones a esta nueva situación.

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

1

## ***¿Y ahora qué? Hablan las familias***

***Pensaba que habría hecho algo mal en el embarazo, me sentía responsable de su sordera. No es así.***

Es muy frecuente que las madres seáis las que os sintáis más angustiadas y, de alguna forma, responsables de lo ocurrido. Es normal buscar las causas de por qué ha ocurrido pero no hay que buscar "culpables". Vosotras no sois las culpables, son infinitas las cosas maravillosas que le habéis dado durante el embarazo, sentíos felices de eso y no os culpéis de nada.

## ***Llegué a pensar que todo me había ido demasiado bien en la vida***

Crear que lo que ha ocurrido es una especie de "castigo" o consecuencia por algo que hicisteis en el pasado es muy frecuente y que, en algún momento, todos y todas hemos podido pensar. En realidad, lo que ocurre es que estáis perdidos, todo es nuevo y necesitáis una explicación que os deje tranquilos. El problema es que a veces no hay una explicación, no hay una causa fácil de encontrar.

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

***Recuerdo que mi mujer y yo buscábamos las causas en nuestras familias: tu madre oye mal, etc.***

Esto también puede ser frecuente; empezáis a buscar las causas en vuestras familias: una tía que oye un poco mal, el padre de uno de vosotros que está perdiendo audición... Culparos el uno al otro puede hacer que os sintáis atacados por la otra parte: hablar del tema con calma y teniendo claro que ahora lo que necesitáis es sentiros más juntos que nunca es la mejor opción. Seguro que tu pareja está igual de angustiada que tú.

**[www.mihijosordo.org](http://www.mihijosordo.org)**

2

Todo lo que ha pasado no es culpa de nadie, necesitáis recolocar esta nueva situación en vuestra familia y eso, como todos los cambios, es algo que cuesta. No es necesario buscar culpables o responsables de lo que ha ocurrido, sois un equipo que lo va a hacer fenomenal.

### Mamás y papás

Preguntarse el porqué de la sordera de vuestra hija o hijo es algo normal y comprensible. Lo importante es no quedaros ahí, a la "búsqueda y captura" de las causas, ya que puede llegar a ser una labor agotadora y ahora necesitáis estar llenos de energía para darle lo mejor y daros todo el apoyo y cariño el uno al otro. ¡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*.**

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