

Niñez en tiempos de Coronavirus

Cada generación ha tenido que enfrentar sus propios retos. En mis 32 años, es la primera cuarentena que me toca vivir. Sin embargo, mi padre, de 62 y mi abuelo de 92 también enfrentan junto a mis hijos, de 7 y 2 años, su primera cuarentena por causa de una pandemia. Para todos nosotros ha sido algo inesperado que ha causado distintas reacciones. La incertidumbre se ha apoderado del ambiente, provocada por la angustia ante lo contagioso del virus, las muertes a nuestro alrededor, la falta de ingresos económicos, las carencias que enfrentamos y el simple hecho de no poder salir. Esta incertidumbre se manifiesta de diferentes maneras en los adultos y en los niños. Como padres y cuidadores debemos reconocer que enfrentar este caos es difícil, no solo para nosotros sino también para ellos. Si a los adultos nos es difícil identificar y expresar nuestros sentimientos, mucho más lo es para los niños. Ellos no entienden qué están sintiendo ni saben cómo expresarlo. Usualmente lo demuestran con berrinches, rebeldía, y mal genio, lo que causa mucha frustración en nosotros, los adultos, y hace más difícil el buen trato en familia.

Como padres y cuidadores, una herramienta que nos ayudará muchísimo es ponernos en los zapatos de nuestros niños, niñas y adolescentes. Cuando ellos están sumamente enojados, frustrados, desesperados, etc. nuestra reacción hacia ellos tiende a ser con enojo, frustración y desesperación también. Sin embargo, usted y yo somos los adultos y los responsables de modelar con nuestra vida el amor y la ternura que modeló Jesús... incluso en la pandemia. Esto, por supuesto, parece simple, pero es un reto muy, muy grande. Imagine este escenario: dos niños se pelean y comienzan a gritarse. El padre (madre o cuidador) grita aún más fuerte, les dice que se callen y sean amables, y los sienta a jalones y empujones en una silla castigados. Cuan diferente es si el padre (madre o cuidador) toma un respiro para calmarse a sí mismo primero, se dirige hacia los niños en voz tierna pero firme, los mira a los ojos y les pide que se sienten un momento en la silla. Luego dialoga con ellos expresando que a veces es difícil llevarse bien entre hermanos (primos, amigos, etc.) especialmente cuando no podemos salir de casa, pero que juntos podemos encontrar una manera de jugar en armonía.

Como cuidadores, es muy importante que hagamos un esfuerzo por mantener nuestro ánimo y el de los niños a nuestro cargo. Nuestras actitudes, ya sea paz o angustia, gozo o queja, esperanza o desesperación, crean el ambiente de nuestro hogar. Para mantener nuestro ánimo, debemos separar un tiempo cada día para cobrar ánimo y aliento, principalmente en la Palabra de Dios y la oración, pero también en actividades o espacios que despejen nuestra mente. Algunos se despejan leyendo un libro, otros dibujando, otros escuchando música, otros con sopa de letras, otros llamando a un amigo o amiga, otros preparando una comida especial, otros viendo una película, otros simplemente sentándose en una silla a descansar o meditar, otros viendo la luna, etc. Parece irónico, pero el pequeño tiempo que invirtamos en nosotros mismos como cuidadores, nos ayudará a renovar nuestras fuerzas para transmitir cariño y ternura en medio de la crisis que vivimos, creando un espacio de amor y esperanza para nuestros niños.

Como padres y cuidadores, ¿de qué estamos llenando nuestro corazón y el corazón de nuestros niños? ¿De la confusión y temor que vemos en los noticieros? ¿De angustia al sentir que presenciamos “los últimos tiempos” y que esto es “principio de dolores”? ¿O de la esperanza y el consuelo que Dios nos da? Sin duda alguna vivimos tiempos difíciles e inciertos. Pero de algo podemos estar seguros. Antes de ascender, Jesucristo dijo: “Y tengan por seguro esto: que estoy con ustedes siempre, hasta el fin de los tiempos” Mateo 28:20b NTV. Estas fueron Sus últimas palabras de este lado del sol. ¡Qué consuelo glorioso! “Tengan por seguro” ... nuestro mundo es incierto, pero podemos estar completa y absolutamente seguros de esto. Él está con nosotros siempre... aun en medio de esta pandemia. Y no solo está con nosotros ahora, estará con nosotros hasta el fin de los tiempos. En medio del estrés de estar encerrados, Él está con nosotros. Cuando alguien cercano enferma, Él está con nosotros. Cuando no podemos más con la responsabilidad laboral y familiar, Él está con nosotros. Esta verdad no solo es para nosotros, sino también para nuestros niños. Repitamos constantemente esta promesa a nuestros niños. Ellos también perciben la incertidumbre que experimentamos. Cada mañana al despertarlos, cada noche antes de dormir, durante el día entero, transmitámosles esperanza... esperanza en que Jesús está y estará siempre con nosotros, sin importar las circunstancias, y Él nunca nos abandonará.

Dámaris López
Asistente del Programa de Niñez Adolescencia y Familia
Centro Esdras