

¿POR QUÉ SE MUDÓ A LOS ESTADOS UNIDOS?

*nombres ficticios compilados de testimonios de primera fuente de padres y estudiantes de FCPS

Hay muchas razones por las que personas deciden dejar su país de origen para comenzar otra vez en un país desconocido, nuevo para ellos. Jorge* vino por la desesperación de no poder proveer suficiente comida para su familia. Su gente se estaba muriendo del hambre, algunos de ellos estaban falleciendo. Él pensó que si se iba para el norte y ganaba suficiente dinero, podría alimentar a su familia y eventualmente traerlos para que se reúnan de nuevo con él.

Elena* siempre soñaba con una vida mejor. Ella estaba embarazada y quería una vida mejor para su hijo que estaba por nacer. Había oído que los trabajos domésticos abundaban en los Estados Unidos y quería que su hijo naciera en suelo estadounidense para que sea un ciudadano. Ella dejó dos hijos con su hermana.

Nahrain* huyó de su país durante la guerra. Ella y su esposo se fueron al aeropuerto en medio de la noche escondidos en la maletera de un auto.

Experiencias pre-migratorias

- ☐ Pobreza extrema
- ☐ Exposición a guerras
- ☐ Tortura
- ☐ Inestabilidad política
- ☐ Persecución étnica o religiosa
- ☐ Otro

Sung-joo* dejó a su familia para establecerse en los Estados Unidos. Su hijo menor nació con limitaciones físicas y trastornos de aprendizaje. Quería encontrar escuelas donde pudieran educar a su hijo.

Cada una de estas personas, Jorge, Elena, Sung-joo, y Nahrain, le prometieron a sus familias que la separación no sería larga.

¿Qué es lo que se considera un tiempo largo? ¿Mucho tiempo? ¿Qué problemas enfrentan los inmigrantes en su nuevo país? ¿Qué problemas enfrentan los niños que han sido dejados atrás? ¿Qué sucede cuando los niños llegan y son reunidos con sus padres? Estos son unos de los temas que vamos a discutir.

CONTINUACIÓN →

En el Condado de Fairfax, Virginia, la mayoría de los niños que han sido separados de sus padres son hispanos (latinos) de países de Centro América, Sud América o Méjico (la mayoría de nuestros estudiantes vienen de El Salvador, Bolivia, Perú, y Honduras). Esto no quiere decir que es un problema solo de los hispanos (latinos).

Las separaciones a largo plazo también ocurren en familias del Medio Oriente y de países árabes donde el escenario más común se da cuando el padre viene primero a los Estados Unidos, sólo, para encontrar trabajo, trabajar, y formar un hogar. Cuando la familia se vuelve a reunir después de una larga ausencia, es un shock cultural para todos.

En Corea del Sur es cada vez más común el enviar a la madre aquí con los hijos para promover una buena educación para los hijos. Las escuelas privadas y las universidades en Corea son limitadas y muy competitivas. La educación especial es muy limitada o no existente. Mientras el padre se queda atrás para trabajar, la madre se puede encontrar sola y aislada. Este fenómeno ha recibido el apodo de familia *“ganso salvaje”* (en inglés *“wild goose”*).

En todo el Caribe, ya sea por las dificultades familiares, o con el fin de proporcionar al niño con una mejor oportunidad educativa, los niños a menudo son enviados a vivir con otros miembros de la familia. Este fenómeno es llamado *“intercambio de hijos”*, (en inglés *“child shifting”*). Esta práctica es considerada como algo normal, no como algo inusual. Algunas personas piensan que la experiencia puede ser enriquecedora para el niño.

Actividad 1.1: Actividad

Trabajando con un compañero de clase, comparta algunas de las razones que lo hicieron decidir a venir a los Estados Unidos. Asegúrese que ambos compartan sus experiencias.

Escriba la razón principal por la cual su compañero vino a los Estados Unidos en el espacio provisto.

¿CÓMO FUERON SUS PRIMEROS AÑOS EN LOS ESTADOS UNIDOS?

Para la mayoría, el viaje migratorio no es fácil. Jorge viaja cientos de kilómetros con muy poca comida. A Elena la ponen en la parte de atrás de un camión con otras 20 personas. Sung-joo extraña a su esposa e hijos terriblemente. Siente mucha soledad, miedo, frustración. Estas personas que emigraron entendían que el viaje en el que se embarcaban iba a ser probablemente difícil. Fue peor de lo que habían imaginado.

Una vez que Helena llega a los Estados Unidos se pone en contacto con un primo que había llegado años atrás. Por él se entera de los costos y de las barreras legales para llegar a ser un residente legal en el país, o, como ella esperaba, para ser ciudadana. Ella no puede obtener una licencia de conducir o cuidados médicos. Ella consigue un trabajo, pero no le pagan lo suficiente.

Todos los migrantes tienen dificultades con el idioma, las costumbres, y a veces con los prejuicios de los estadounidenses. Sus primeros años en el país están plagados de confusiones y dificultades. Ellos tienen culpas no resueltas por haber dejado atrás a sus familiares. El contacto con ellos es a través de cartas, y a veces conversaciones cortas por el teléfono. A pesar de que él envía dinero a sus hijos, Jorge no siente que ellos aprecian todo lo que él está haciendo por ellos. El siente la distancia, e incluso tal vez ira. La hermana de Helena se queja de su sobrino, de como ya no la escucha. Helena no lo puede disciplinar desde acá.

Las experiencias migratorias difíciles pueden afectarle a una persona en su estado físico, emocional y social, así como en su comportamiento por semanas, meses, e incluso años.

Existen profesionales en las escuelas de sus hijos y en la comunidad, cuyo trabajo es el de ayudarlo a salir adelante después de haber vivido experiencias migratorias difíciles. [Vea la última sección-Información y servicios]

Las experiencias migratorias que tuvo pueden incluir:

- ☐ Separación de los seres queridos
- ☐ Trauma
- ☐ Pobreza extrema
- ☐ Exposición a la violencia
- ☐ Estrés continuo
- ☐ Asalto personal
- ☐ Robo del dinero que se ahorró para el viaje
- ☐ Explotación por el traficante de humanos
- ☐ Haber sido testigo de la muerte de otros viajeros
- ☐ El rechazo al asilo

EL DOLOR



El dolor es el peor estresante. Consume las emociones, y los síntomas mentales y físicos asociados con las experiencias de cambio, pérdidas, arrepentimiento, o trauma. No hay una manera correcta o incorrecta de enfrentar la pena, o fecha predeterminada de la culminación al

padecimiento. Mientras que una persona puede exteriorizar la intensidad de su pena por la pérdida de su tierra natal, otra persona puede sufrir en privado, calladamente.

Nadie está protegido contra el dolor que se sufre por una pérdida o un cambio. Los trabajos cambian, los seres queridos fallecen, las relaciones personales se disuelven. Si una persona percibe un evento como muy negativo, ésta va a sentir dolor. Al principio puede experimentar un golpe emocional o negación a lo que le está pasando, “¡Esto no me está sucediendo a mí!”. Se puede encontrar aturdida, mientras sigue con las funciones de su rutina diaria, y retraída con los demás, o paralizada. A medida que el golpe emocional se disipa, el dolor empieza.

El dolor y el sufrimiento pueden ser emocionales y físicos. Se pueden presentar como una pérdida en el apetito, dolor en el pecho, insomnio, o fatiga. Hay tristeza, ira, y el sentimiento de sentirse fuera de control. Uno se pregunta, “¿Por qué me está pasando esto a mí?”. Se siente ira contra otras personas, o se siente que a los demás no les importa lo que uno está pasando. Puede haber una efusión de emociones, o aparentemente no sentir ninguna emoción; hay desorganización en la vida diaria. Los sentimientos intensos de pérdida conducen a la depresión.

La curación o la recuperación suceden cuando uno vuelve a entrar a la vida social normal, cuando la vida de uno se reorganiza para adaptarse a los nuevos cambios.

Los sentimientos de dolor pueden ser una señal de que algo tiene que cambiar, puede ser una oportunidad para el crecimiento, puede ayudarlo a darse cuenta de que usted tiene opciones. Se recomienda que uno acepte y tome conciencia del dolor propio, sentirlo, entenderlo, aprender de él, usarlo, y dejarlo a un lado. El tener esperanza siempre aliviará a uno en su camino por la vida.

*“Aférrate a tus sueños
porque si los sueños mueren
la vida será un pájaro con las
alas rotas,
que no puede volar”.*

Langston Hughes

1. **Negación** – Suena como, “¡Esto no me está pasando a mí!”
Se siente como un shock temporal, entumecimiento, parálisis al oír malas noticias.
2. **Cólera** – Suena como “¿Por qué me está pasando esto a mí?”
Se siente como cólera hacia otras personas, o la sensación que a otros no les importa.
Hay un torrente de emociones.
3. **Negociación** – Suena como “Te prometo que voy a ser una mejor persona si...”.
Se siente como la búsqueda de una salida, pidiéndole a Dios, o a una divinidad,
para que cambien las cosas a cambio de un buen comportamiento.
4. **Depresión** – Suena como “Ya no me importa”.
Se siente sentimientos sumamente intensos de dolor o pérdida.
5. **Aceptación** – Suena como “Estoy listo para lo que venga”.
Hay un vacío de sentimientos; hay sentimiento de inevitabilidad y resignación.
Hay una lenta re-entrada a una vida social más “normal”.

Actividad 1.2: La realidad de la inmigración

Trabajando solo o con su pareja, recuerde algún momento que pasó durante su experiencia de inmigración en la que sintió una de las siguientes emociones:

Negación – Suena como, “¡Esto no me está pasando a mí!”.

Cólera – Suena como, “¿Por qué me está pasando esto a mí?”.

Negociación – Suena como, “Prometo ser una mejor persona si...”.

Depresión – Suena como, “Ya no me interesa”.

Aceptación – Suena como, “Estoy listo para lo que venga”.

Pregunta: ¿Qué debo hacer con esta información sobre el dolor?

Respuesta: Entienda que usted y su familia pueden estar pasando por emociones similares mientras se están adaptando a su nuevo hogar, a su nueva familia reunificada, o a ambos.

Haga:

- Permita a usted y a sus hijos a sentir pena a su manera o a la manera de ellos, tomando el tiempo que sea necesario.
- Hable sobre el tiempo que estuvieron separados.
- Sean pacientes los unos con los otros.
- Continúe sintiendo amor y esperanza.

No haga:

- Asumir que hay una manera correcta o incorrecta de hacerle frente a su pérdida.
- Castigar a otros o a usted por cosas que hubieran podido ser.
- Tratar de cambiar los sentimientos de alguien.
- Dejar que su energía emocional se convierta en culpa personal, en culpa de otros, o en cólera.

Algunas cosas útiles para decirle a su hijo (¡Mientras las siente!) cuando está adoleciendo por haber dejado su país de origen, sus amigos, sus familiares, su forma de vida anterior, y para ayudarlo a adaptarse a su nueva vida pueden ser:

- ¿Qué puedo hacer por ti?
- No estás solo, yo estoy aquí y quiero escucharte.
- ¿Quieres hablar de ello?
- ¿Cuál es la parte más difícil para ti?
- ¿Cómo te va con todo esto? Te voy a dar tiempo y espacio para que te acostumbres a la vida de aquí.
- Quiero que te sientas seguro, que me digas lo que estas sintiendo.
- Debe ser difícil para ti tener un hogar, escuela, y país nuevos.
- Toma todo el tiempo que necesites.
- Debes estar realmente dolido y enojado. Son sentimientos normales en estos momentos.
- Yo te protegeré.
- Gracias por compartir tus sentimientos.

Actividad para la casa:

Como una representación física de “dejar ir” los sentimientos negativos, haga la siguiente actividad en casa.

Instrucciones para la actividad

Usted y su hijo (o hijos) pueden liberar simbólicamente emociones negativas al escribir estas emociones en globos y luego soltarlos para que se vayan volando al cielo.

- Cada persona toma un globo inflado con helio y un marcador negro, y escribe un sentimiento negativo que desee liberar.
- Tome un momento de reflexión en silencio para pensar en los deseos que tiene para su futuro y su proceso de recuperación.
- ¡Suelte los globos!



Sources:
Living With An Empty Chair, by Dr. Roberta Temes.
www.ekrfoundation.org and www.Elisabeth_kublerRoss.com
On Death & Dying, by Elisabeth Kubler-Ross.

LA ACULTURACIÓN

Tanto los padres como los niños nuevos a un país pasan por un período de **aculturación**. La aculturación es el proceso por el cual miembros de un grupo cultural adoptan las creencias y comportamientos de otro grupo sin perder su propia identidad. Por ejemplo, a su llegada a los Estados Unidos usted aprendió rápidamente la forma en que la población general de los estadounidenses valora el arte y la música, como es la preparación y venta de alimentos, la vestimenta, la forma de hablar, de jugar deportes, y de celebrar las fiestas.

Cuando se mudó por primera vez aquí, ¿Cuál fue la primera impresión que tuvo de los “estadounidenses”?

La cultura también incluye las reglas menos obvias de la cultura, tales como la cortesía o buenos modales, el concepto del tiempo, el espacio personal, las maneras que se manejan las emociones, el trato a los animales, la crianza de los hijos, los hábitos de limpieza, las amistades, y las prácticas sociales tales como las citas de parejas.

Aunque la aculturación es por lo general la adaptación de los hábitos y la asimilación del idioma del grupo dominante por un grupo minoritario, ésta puede ser también recíproca—esto es, el grupo dominante, en este caso los estadounidenses, también adoptan costumbres típicas de un grupo minoritario.

¿Cómo ve usted la aculturación? (Por ejemplo, mi hijo va a hablar inglés y español. Le voy a seguir enseñando sobre la cultura de *Guatemala*. O, hay muchos restaurantes en mi comunidad que ofrecen comida coreana, peruana, y vietnamita.

CONTINUACIÓN →

¿Qué partes de su cultura espera y planifica mantener?

IDENTIFICANDO LOS FACTORES ESTRESANTES

En una escala del **1 a 5 encierre en un círculo** que tan estresante es la situación para usted. **1** es la intensidad más baja de estrés; **5** es la intensidad más alta de estrés que usted siente.

• Seguir diferentes reglas y leyes.	1	2	3	4	5	n/a
• Entender las diferencias culturales entre los estadounidenses y yo.	1	2	3	4	5	n/a
• Aprender inglés.	1	2	3	4	5	n/a
• Entender las expectativas de la escuela en mi rol como padre.	1	2	3	4	5	n/a
• Tener sentimientos de desorientación.	1	2	3	4	5	n/a
• Tener sentimientos de depresión.	1	2	3	4	5	n/a
• Preocupación sobre la situación legal.	1	2	3	4	5	n/a
• Mantener un rol tradicional en mi familia.	1	2	3	4	5	n/a
• La aceptación de un nuevo rol en mi familia tal como intérprete o guía cultural.	1	2	3	4	5	n/a
• Experimentar prejuicio o racismo.	1	2	3	4	5	n/a
• Aprender a cómo ser un estudiante aquí, o a cómo ser un empleado.	1	2	3	4	5	n/a
• Sentirse abrumado con todos los sonidos, olores, e imágenes en el ambiente donde se encuentra.	1	2	3	4	5	n/a

¿Qué otro tipo de frustraciones o preocupaciones tiene durante el día?

¿Le ha sucedido algo recientemente que ha hecho su vida más difícil?

¿LE SUENAN FAMILIARES ALGUNAS DE ESTAS SITUACIONES?

“Nunca pensé que sería tan largo el tiempo. Pero no tenía otra opción. Mi marido había sido asesinado y mis hijos no tenían a nadie más. Tuve que hacer el viaje al norte. Los dejé con mi madre, con la esperanza de que pudiera enviar por ellos en unos pocos meses, pero la vida aquí es tan cara... Yo extrañaba a mis hijos y a mi familia desesperadamente. Trabajé todo el tiempo”.

Una madre salvadoreña con 3 hijos

“El día que dejé a mi madre sentí que mi corazón se estaba quedando atrás porque ella era la única persona en la que yo confiaba, ella era mi vida...todavía no he sido capaz de acostumbrarme a vivir sin ella.”

Niña dominicana, 14 años de edad

“Nos estamos acostumbrados uno al otro. Los dos estamos comenzando otra vida juntos... los niños tienen celos entre ellos y mi marido tiene celos de ellos... existen celos entre los que han nacido aquí y los que han nacido allá”.

Madre de un niño de 13 años de edad

“A pesar de que me seguía dando ropa nueva linda— ¿Y qué? Sentía que él era mi padre, que debería quedarse conmigo y verme crecer”.

Niña de china, 14 años de edad

“Mi madre estaba llorando. Ella me abrazó...y me sentí mal. Como ni mi hermana ni yo la conocíamos...”

Niña de Guatemala, 14 años de edad

“Yo miraba las fotos de mi madre y pensaba que me gustaría conocerla porque no me acordaba de ella... yo decía, “que bonita mamá, me gustaría conocerla”.

Niña de Guatemala de 16 años de edad, cuya madre la dejó cuando tenía 2 años de edad

Citas tomadas de: “Sentí que mi corazón se estaba quedando atrás: Implicaciones psicológicas de separaciones y reunificaciones familiares para los jóvenes inmigrantes”. Carola Suárez-Orozco, Hee Jin Bang, y Ja Yeon Kim, Revista de Investigación sobre los adolescentes, marzo del 2011, vol. 26, 2: págs. 222-257.

LO QUE USTED PUEDE ESTAR PENSANDO Y SINTIENDO COMO PADRE:

- ☐ Sé que te malcrié por haberte comprado cosas. No sé de qué otra manera te puedo demostrar que te quiero.
- ☐ Sé lo que estás pasando. Después de todo, cuando llegué aquí yo también estaba asustado.
- ☐ Estoy tan confundido. Pensé que estarías más agradecido. Te mandé mucho dinero para tu comida y para que vayas a una escuela mejor.
- ☐ Haz crecido tanto. Me he perdido gran parte de tu vida.
- ☐ ¡Soy tu padre y me vas a escuchar a mí!
- ☐ Me sentía tan solo sin ti. Deseo que estés conmigo ahora.
- ☐ No pensaba que fuera a tomar tanto tiempo traerte aquí.
- ☐ ¿Por qué estás tan enojado conmigo?
- ☐ ¡Dejé todo por ti!
- ☐ Me siento muy culpable por haber dejado a mi bebé.
- ☐ Pensé que estarías feliz de verme.

"Me hubiera ayudado el saber qué es lo que se puede esperar cuando te reúnes de nuevo con tus hijos. Yo solo quería estar con ellos y darles una mejor vida aquí."

Padre de FCPS