

Una etapa especial

Su primer desamor

“Lo pasó fatal la pobre... No salía de casa, cada dos por tres llorando y no sabíamos qué hacer. Sabemos que son cosas de la edad y que estas cosas se ven de otra manera, todos hemos pasado por ello, pero es que es diferente cuando le pasa a tu hija. Nos daba miedo que se volviera más introvertida, y encima como es sorda... No queríamos que se aislara.”

El primer amor y el primer desamor son cosas que se suelen recordar durante mucho tiempo. No dejan de ser experiencias vitales que hacen que vuestro o hija crezca, al igual que os pasó a vosotros y vosotras en su momento; el primer desamor es algo desagradable para los adolescentes y para la familia que no sabe cómo ayudar a sobrellevarlo pero pensad que es normal y que incluso de estas experiencias se aprende y le ayudan a ir madurando poco a poco.

Lo está llevando fatal...

Los adolescentes. Los fracasos amorosos cuando se viven en la adolescencia suelen vivirse como auténticas “catástrofes” por los afectados. La forma de vivirlo y aceptarlo dependerá de muchas cosas: de cómo se haya producido ese enamoramiento, de los motivos de la ruptura, de la propia autoestima del adolescente, etc. a continuación os mostramos algunos de las situaciones, sentimientos y pensamientos que suelen aparecer en los adolescentes en este tipo de situaciones.

- ❖ **Pasa a formar parte de su experiencia vital.** Algunos adolescentes simplemente lo incorporan a su experiencia al igual que ocurre con otras vivencias y pasa a formar parte de su aprendizaje para enfrentar futuras relaciones.
- ❖ **Puede influir de forma negativa en sus futuras relaciones.** La adolescencia se caracteriza por una falta de equilibrio en las emociones y

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor

a veces todo se vive de forma muy intensa, un tanto distorsionada. Este tipo de desengaños amorosos, si se viven de forma muy intensa, pueden afectar a la forma en la que el adolescente viva posibles relaciones amorosas y el chico o la chica se proteja en exceso ante posibles sufrimientos.

- ❖ **Se sienten culpables.** Suelen aparecer sentimientos de culpa y atribuyen este fracaso a ellos mismos. En ocasiones, cuando la otra persona es oyente, puede que piensen que el motivo es precisamente el hecho de que él o ella es sordo -en algunas ocasiones puede ser real y en otras no tanto-. Otras veces piensan que la causa de la ruptura o el rechazo es que la persona oyente no tiene interés o le cuesta adaptarse a su forma de comunicarse.
- ❖ **Se me ha acabado el mundo.** Sí, a algunos y a algunas, tras una decepción amorosa, se les acaba el mundo... y así lo sienten y lo viven. Como ya sabéis, todo se vive de forma muy intensa, las alegrías y las penas. Con el tiempo se darán cuenta de que no, no se acaba el mundo, pero en esos momentos lo sienten así.
- ❖ **Es lógico...** "Soy sordo" "Soy fea" "Estoy gorda" "No voy a la moda" "Con estos audífonos que llevo..." La imagen personal y la opinión de los demás es algo muy importante en estas edades; también pueden que echen la culpa de este desengaño amoroso a su sordera, recordad que su autoestima durante la adolescente es muy inestable.

En el apartado El audífono y el implante coclear como "marca" de la sordera encontrarás mucha más información.

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

Los padres y las madres. En estos momentos tan difíciles para vuestro hijo o hija la familia seguís siendo un gran apoyo y podéis hacer de "colchón" para

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor

Llevar mejor estos desengaños. Pero... ¿qué podéis hacer? Aquí os proponemos algunas ideas y consejos.

- ❖ **No quitarle importancia.** Desde vuestra perspectiva y experiencia como personas adultas sabéis que estos primeros desamores pasan y se superan con el tiempo pero pensad que para vuestro hijo o hija es algo muy importante y doloroso (como lo fue para vosotros y vosotras cuando erais adolescentes). Quitarle importancia hará que estéis tratándole como si fuera pequeño o pequeña, la experiencia que está viviendo es importante y han de aprender de ella.
- ❖ **No meterse demasiado.** Lo aconsejable es no meterse en la pena de amor de vuestro hijo o hija pero si permanecer a su lado. Está pasando por un mal momento y en estos momentos suelen llevar muy mal que su padre o su madre le pregunten o le den consejos demasiado directos: *"Haz algo, no te quedes metido en casa", "Deja ya de llorar que no es para tanto", etc.*
- ❖ **Expresar lo que sienten.** Es necesario que expresen ese dolor y decepción que está sufriendo: que os lo cuenten, que escriban, que se graben en vídeo, etc. así todo este proceso se irá desarrollando mucho mejor. Podéis empezar vosotros y vosotras contándoles cómo os sentisteis cuando pasasteis por una situación parecida: *"Cuando a mí me pasó no me apetecía hacer nada, no me centraba en clase... ¿A ti también te está pasando?"*.
- ❖ **Escuchar su dolor.** Al igual que es necesario que expresen su dolor también lo es que le escuchéis. Además, ya va siendo mayor y todas estas emociones hacen que él o ella también aprenda a ser una persona adulta, escuchadle con respeto, os lo agradecerá. Si no le apetece contároslo hay que respetarle, son cosas íntimas y privadas y no es bueno forzarle.
- ❖ **Reconocer su tristeza.** Está triste y abatido, así lo siente. es aconsejable que reconozcáis su tristeza pero evitando caer en la

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor

exageración, no hace falta agrandar el drama. Su familia está ahí también en estos momentos y seguís siendo un gran apoyo.

Mamás y papás

Esta es un momento difícil para vuestra hija o hijo sordo pero se le pasará.

Lo único que necesita es apoyo, comprensión y escucha.

¡Eso lo sabéis hacer de sobra!

Hablan las familias...

Se echaba la culpa a ella misma, decía que la culpa era de su sordera

Los desengaños amorosos suelen afectar mucho a la autoestima, a todos y a todas, sordos y oyentes, y puede que vuestro hijo o hija achaque este desengaño al hecho de ser sordo o sorda. Recordadle todo lo bueno que tiene en su interior y que hay muchos otros adolescentes como él o ella que pasan por esta misma situación. Podéis poneros en contacto con alguna asociación de personas sordas o un instituto al que acudan otros chavales sordos, como vuestro hijo o hija. En muchas asociaciones de personas sordas organizan actividades de ocio en las que podrá compartir sus preocupaciones con otras personas sordas, jóvenes y adultas.

Seguro que hay alguna actividad de ocio y tiempo libre en la que vuestra hija o hijo sordo puede participar. En el apartado Alternativas de ocio y tiempo libre encontraréis más información de interés.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > Alternativas de ocio y tiempo libre

Solo fue una relación de un mes

Muchas veces las relaciones amorosas de los adolescentes son de corta duración pero no por ello las rupturas se llevan de mejor manera. Aunque os pueda parecer que la relación que vuestra hija o hijo sordo ha sido corta y de poca importancia, posiblemente para él o ella haya sido muy intensa. Si lo está pasando mal respetad ese estado de ánimo, la primera separación es dolorosa y necesita tiempo para ser superada.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor

Dice que nunca va a tener novio...

Como ya habéis visto, ante un primer desamor doloroso pueden aparecer muchos sentimientos que pueden llevar al adolescente a pensar cosas como esta: “Nunca voy a tener novio”, “No valgo para nada”, “Nadie me va a querer nunca”, etc. Suelen ser pensamientos que desaparecen con el tiempo pero puede ser que lleguen a condicionar futuras relaciones. Recordad permanecer en un papel discreto pero cercanos por si necesitan desahogarse y aprovechad para recordarles lo mucho que lo queréis vosotros y vosotras, o simplemente haciéndoles que no se obsesionen con ello haciéndoles este trance más llevadero.

Si queréis ampliar información consulta el apartado Autoconcepto y aceptación.

Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Autoconcepto y aceptación

Si tuviera a ese chico delante le diría un par de cosas

Seguro que a veces os han dado ganas de decir algo parecido, es normal, veis que vuestro hijo o hija lo está pasando mal y queréis protegerle. De todas maneras, suele ser más efectivo que os mantengáis un poco al margen, posiblemente estará más sensible de lo habitual y podría tomarse mal este tipo de “intromisiones”.

Le hice su plato preferido

¡Estupenda idea! Ideas como esta le harán mucho bien, más e lo que os pensáis. Ir al cine a ver una película que quiera ver, cocinarle su postre preferido, hacer alguna actividad que le encante, etc. hará que lleve mejor estos momentos difíciles, se olvidará por un rato de ello y conseguirá pasárselo bien en compañía de otras personas... ¡no se acaba el mundo!

Le conté mi primer desamor

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor

Contarles cómo vivisteis vosotros y vosotras ese tipo de experiencias hará que vuestro hijo o hija se sienta comprendido y le será más fácil darse cuenta de que es algo más normal de lo que parece y todo se acaba superando. Será una ocasión estupenda para decirle que también para vosotros fue difícil y que fue algo doloroso pero que se pasa con el tiempo.

Estuvo unos días sin salir de casa

Otra de las reacciones que a veces aparecen ante el primer desamor es que los adolescentes se cierran en sí mismo y no les apetece relacionarse: se siente abatidos, muy negativos y tristes, etc. y piensan que no van a ser buena compañía. Para superar mejor estos momentos es bueno que se expresen, que se distraigan y hagan cosas que normalmente les gustan. Proponedle que quede con su mejor amigo o amiga, seguro que le hará sentirse mucho mejor y ver las cosas de otra manera.

Ya sabéis que la adolescencia es una etapa muy convulsa que puede generar comportamientos de este tipo. En el apartado No sale de casa encontraréis información que seguro que os interesará.

Mi hijo adolescente > Tiempo libre y vida social > No sale de casa

Ya lo tenemos más claro

El primer desamor es un momento difícil, aunque sabemos que se pasará con el tiempo, como nos ha ocurrido a todos y todas. Es mejor quedarse en un discreto segundo plano y no meternos demasiado en estos temas: escuchando, dispuestos a charlar cuando nuestro hijo o hija nos necesite, haciendo cosas que le gusten, etc. pero sin obligarle.

¿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 jóvenes sordos en estas edades. Ver *Materiales*.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor



www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo adolescente > Una etapa especial > Su primer desamor