

¿Qué es sentirse bien y sentirse mal?

En nuestra sociedad actual sentirse bien es no sentirse carente. Y no sentirse carente es actualmente más de objetos materiales, objetos de consumo, tener muchas actividades, mucho tiempo ocupado, eso sería el sentirse bien. Tener un millón de amigos en el face book, donde realmente no hay nada profundo, y el no conectar con otra serie de cosas que a mi modo de ver son más importantes.

Ahora hay mucha sensación de soledad. Antes sentirse solo tenía que ver con estar solo o no tener amigos. Ahora los chicos es como un escaparate, tienen un millón de amigos, de contactos y cuando vienen a sesión dicen sentirse solos, aburridos, no sé porqué siento un vacío, una angustia.

La pregunta es cómo se puede sentir bien si no conoce a esas personas con las que habla, ni siquiera sabe dónde están ubicadas. Luego, además todo son seudónimos, apodos.

Por otro lado, en lo que veo, es que me siento mal porque tengo un síntoma. Me duele la cabeza, tengo un dolor aquí o allá, y quiero que se me quite, que se me quiten las alergias, etc. **E independientemente de eso, de todos estos dolores, a ti qué te pasa con la vida**, que está haciendo que tengas esa guerra en la cabeza y te duela...Y me dicen, ¡qué me cuentas, eso qué tiene que ver!. Tu cabeza tiene una guerra que está entrando en conflicto y por eso te duele.

Entonces es enseñar a conectar. Cuando la persona no puede hablar, comunicar, son los órganos los que van a hablar, y a través de ese síntoma la persona habla. Aprovechemos para pensar qué me está ocurriendo, qué me está pasando, en vez de tomar sólo una pastilla. A veces los niños, un día les duele algo, otro día otra cosa, y se les va parcheando. Y luego no pueden hablar de ellos, no saben ni de qué les hablamos, y todo está fenomenal pero tienen mil cosas en el cuerpo. No, no me pasa nada, es falta de líquido, aquí sobra no sé qué.

¿Qué está faltando? ¿Qué les podemos aportar o están necesitando?

Ayudarles a conectar con el cuerpo, en la mente, el corazón o en el estómago. Es como ayudar a identificarlo para sostenerlo, calmarlo y poder avanzar. Y estas cosas se hacen de a poco porque es para ellos un lenguaje extraño y esto, hoy en día es más raro que aprender chino. ¿Por qué crees que tu estómago te hace así todo el rato? ¿Porqué los niños cuando van a la guardería tan pronto

empiezan a tener otitis u otras cosas? Dicen porque se contagian de los otros niños. Ya esa es una explicación. Yo más bien creo que su cuerpo no tiene las defensas suficientes para estar tantas horas en la guardería sin sus padres. Y también es un modo de poder regresar a casa, ser cuidado de nuevo en el hogar, que uno de los padres o los abuelos se tenga que quedar con él, y poco a poco cuando se sienta mejor, va a volver a ir. Es una manera muy inconsciente del bebé o del niño de decir que necesita casa y hogar. Los padres tienen que trabajar mucho y están muchas horas fuera, pero también tenemos que hacernos cargo que eso tiene unas consecuencias.

¿Cómo podemos darnos cuenta de sus síntomas silenciosos?

Normalmente lo que hago es hablar con los padres y explicarles que lo que tu hijo necesita es quedarse en casa, necesita esa parte de hogar, y si no lo puedes hacer porque estás muy ocupada, es bueno que se lo digas.

Mira, lo siento mucho que te tenga que dejar en la guardería tan pequeño, sé que me vas a echar de menos, yo también te voy a echar de menos, y siento tener que hacerlo. Es ponerle palabras... tan pronto como pueda yo te saco antes de allí. Pero, si es todo tan automático, de vamos, las 7.30 de la mañana, todos abrigados, lo recojo, a comer, a dormir, todo...no hay un hablar de las emociones, y al niño tampoco se le va grabando esa referencia en lo interno.

Por eso **decirle con palabras ese sentir de los padres, en el niño va entrando en su memoria celular un lenguaje de los padres que asumen su dolor, su echar de menos, su quedarse solo**, etc.... va a ser vivido mejor.

Como si vamos al dentista que es decir, mira siento mucho que te tengan que sacar la muela, sé que es un momento duro, etc. y es mejor esto que llegar, llevarlo, se la sacan, ya te crecerá, toma un caramelo y ya. Todo eso es pan, pan, pan, pan, me meto todo para dentro y ya.

Loretta Cornejo