

INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 88

(3/04)

FAMILIAS EN EL SERVICIO MILITAR

El conflicto global y los disturbios han causado el despliegue de un gran número de personal militar (servicio activo, Reservas y Guardia Nacional). Como resultado de las misiones del servicio militar, los miembros a menudo se separan de sus familiares por largos períodos de tiempo y son enviados a lugares distantes, peligrosos o desconocidos. La familia que pierde la presencia activa de un padre/madre mediante la separación enfrenta retos y estrés significativos. Durante el tiempo de la asignación del padre/madre, los miembros de la familia pueden sentirse aislados, sin respaldo y ansiosos. Ellos pueden también experimentar estrés financiero. La cobertura de los eventos por los medios noticiosos puede también aumentar sus preocupaciones.

Algunas familias tienen también que lidiar con el trauma de tener un padre/madre quien queda seriamente herido o muerto. Las familias que tienen poco o ningún contacto con la familia extendida y/o la comunidad militar pueden ser especialmente vulnerables al estrés. En las familias que existen problemas médicos, emocionales o de comportamiento, el que un padre/madre esté lejos puede ser especialmente difícil.

Mientras la mayoría de las familias y los niños manejan la situación exitosamente, es importante que los padres/madres estén concientes de las señales de estrés y de posibles problemas serios. Las respuestas de los niños al estrés de la separación se determinan por la forma de ser de cada individuo y por la edad de desarrollo. A continuación algunas de las reacciones comunes:

- Los Infantes (nacimiento–12 meses) puede que respondan a las interrupciones de su horario, ambiente físico o disponibilidad de quienes los cuidan con una disminución del apetito, pérdida de peso, irritabilidad y/o apatía.
- Los Niños pequeños (1–3 años) pueden tornarse hoscos, llorosos, tener rabietas o desarrollar problemas al dormir.
- Los Pre-escolares (3–6 años) están más concientes de la ausencia de un padre/madre que los niños más pequeños y su comportamiento puede revertir en áreas tales como el entrenamiento en el excusado, dormir, temor a la separación, quejas físicas y chuparse los dedos. Ellos pueden personalizar las situaciones expresando el temor de que: “Papá se fue porque yo le tenía coraje” o “Mamá se mantiene lejos porque ella ya no me quiere”.
- Los Niños de edad escolar (6–12 años) están más concientes de las realidades por las que el padre/madre se fué y de los peligros potenciales. Ellos pueden mostrar comportamiento irritable, agresión o gemidos. Ellos también pueden ponerse más regresivos y temerosos porque su padre/madre puede ser herido o puede morir.
- Los Adolescentes (13–18 años) pueden ponerse rebeldes, irritables o retar más la autoridad. Los padres/madres tienen que estar alerta al comportamiento de gran riesgo tal como los problemas con la ley, la actividad sexual y el abuso de drogas/alcohol.

El hecho de que un padre/madre deje el hogar en una asignación militar aumenta la carga para todos los miembros de la familia. Las siguientes sugerencias pueden ayudar con el estrés:

- Hablen en familia antes de la reasignación para que compartan los sentimientos, preocupaciones y planes futuros. Hágale saber al niño/niña que la contribución del miembro de la familia al país y al mundo es muy valiosa.
- Enfatique la necesidad de unión familiar durante la ausencia del padre/madre con cada quien compartiendo las responsabilidades familiares.
- Continúe con las tradiciones familiares, la estructura y la disciplina. Ello le da seguridad a los niños y los estabiliza.
- Utilice los medios disponibles (cartas, e-mail, teléfono) para que los miembros de la familia se comuniquen con el padre/madre ausente.
- Comparta la información con los niños basándose en su nivel de desarrollo y capacidad para entender. No tener noticia causa mayor estrés y dificultad que una mala noticia.
- Controle la exposición de los niños a los reportajes en la televisión sobre los eventos de guerra y las discusiones políticas sobre la guerra.
- Estimule las expresiones abiertas y honestas de dudas, sentimientos y preguntas.
- Considere la posibilidad de que los niños participen en un proyecto relacionado con la asignación del padre/madre (un proyecto de escribir cartas en el salón de clases, mantener un diario o hacer un álbum).
- No haga promesas que no pueda cumplir.
- Inicie y mantenga una relación cercana y una comunicación con los maestros del niño y con la escuela.
- Utilice la familia extendida, la comunidad, los recursos espirituales y otros apoyos naturales que estén disponibles dentro y fuera de lo militar.
- Como padre/madre solo en el hogar, asegúrese de que usted se cuide a sí mismo de manera que pueda estar disponible para sus niños.

Aunque el regreso al hogar de un miembro familiar que ha estado ausente por largo tiempo es una ocasión de júbilo, un período de ajuste será necesario. Los papeles (roles), responsabilidades y rutinas tienen que volverse a establecer. El reajuste emocional requerirá tiempo y paciencia. Este puede ser un tiempo difícil y todos los miembros de la familia van a necesitar apoyo adicional. Ello es especialmente cierto si han habido heridas serias. Si un padre/madre o un niño desarrolla problemas emocionales o de comportamiento, o si tiene dificultades serias con el ajuste, ellos deben de ser referidos para una evaluación por un profesional de la salud mental cualificado.

Aunque éste es un tiempo difícil para las familias, muchos niños pueden ajustarse y se ajustan exitosamente a la separación y al estrés relacionado con el despliegue militar del padre/madre.

Para información adicional vea Información para la Familia: #4 El Niño Deprimido, #8 Los Niños y la Pena por la Muerte de un Ser Querido, #14 Los Niños y las Mudanzas, #34 Los Niños con Problemas al Dormir, #47 El Niño Ansioso, #66 Ayudando a los Adolescentes con Estrés, #54 Los Niños y la Televisión, #67 Los Niños y las Noticias y #87 Hablando Sobre la Guerra y el Terrorismo. Vea también: "**Your Child** (AACAP, 1998 Harper Collins)" y "**Your Adolescent** (AACAP, 1999 Harper Collins)"