



La época de las fiestas

Por Lisa Cohen, AFS Intercultural Programs

Traducido por Rosario Gutierrez, AFS Colombia

Tal vez usted ha escuchado sobre la "curva de adaptación" para los participantes de intercambio. La tradicional curva en forma de "u" así como la más reciente modificación a este ciclo de adaptación de intercambio, que ha sido utilizada para ayudar a los participantes y a sus familias anfitrionas y naturales a entender los inevitables "sube y baja" asociados con la adaptación cultural y el hecho de estar lejos de casa. La curva clásica en "u" incluye algunas subidas relacionadas con emociones tempranas, estímulos ante la nueva cultura y los logros en términos de las ganancias en el lenguaje y la adaptación a la nueva cultura. Los "bajos" en este paradigma están relacionados con malestar respecto a las mismas emociones, frustración en no adquirir el lenguaje o la integración cultural lo suficientemente rápido para sentirse cómodo, y la nostalgia por estar lejos de casa durante importantes épocas de festividades.

Cuando es época de navidad/ o festividades en el país de origen, el participante es conciente de que se está perdiendo de actividades especiales, lazos familiares, y rituales específicos de cada cultura que probablemente no existen en la cultura anfitriona. Incluso participantes que han logrado manejar los límites de la comunicación con aquellos en casa tienden a incrementar los mensajes, la comunicación, el skype y otras formas de comunicación electrónica durante las festividades como parte del esfuerzo por minimizar el impacto del sentimiento de tristeza y nostalgia.

Entonces, qué se puede hacer para aliviar el reto de estar lejos de casa en estas épocas especiales? Este es un buen momento para que los voluntarios locales de AFS y amigos chequeen con el participante y lo inviten a realizar actividades fuera. Ya sea invitar al participante a una simple actividad de culinaria/cocina en casa o a un viaje a algún sitio de interés, estar pendientes de qué está sucediendo a su alrededor es una forma simple de mantener al participante lejos de la tristeza de estar lejos de casa. Es también una oportunidad única para la familia anfitriona y los amigos para aprender de la nueva cultura, la religión y los rituales específicos así como las celebraciones que acostumbra en su propia cultura. Lo importante es preguntar: ¿Cuáles son los días principales de celebración en su país? ¿Cuando se celebran? ¿Le gustaría hacer algo especial acá en esos momentos?

Si la familia anfitriona, los voluntarios locales y amigos del participante saben que se aproximan fechas especiales, ellos pueden estar concientes de que estas fechas pueden ser un momento de "bajas" en el ciclo de adaptación. El participante estará pensando más tiempo en cómo comunicarse más con las personas en su país de origen y tal vez tendrá problemas en enfocarse en el colegio, la familia, y otras actividades en la comunidad anfitriona. La mayoría de los participantes apreciarán el interés de los demás en saber de sus costumbres, y en tener la oportunidad de compartirlas con sus anfitriones. Esto podría asemejarse a cuando los participantes Indúes comparten los dulces y la decoración "diwali", los participantes Estado Unidenses hacen las comidas típicas del día de gracias afuera, los Musulmanes comparten las fiestas del Rammadan y los Cristianos compartiendo las costumbres específicas de la navidad.

La navidad es especialmente importante en esta época del año, y ya que muchos participantes y sus familias provienen de un bagaje o cultura Cristiana, una gran proporción de participantes de AFS estarán particularmente tristes o extrañando sus costumbres en Diciembre. Tenga en cuenta que incluso si un participante Cristiano está hospedado en una familia Cristiana las costumbres de navidad pueden variar de país a país, y de familia a familia. Asegúrese de

investigar qué hace su participante hospedado en la época navideña en su hogar de origen y qué estaría haciendo su familia mientras él o ella está fuera de casa.

Mientras esta nostalgia, or Homesickness o Saudades es "normal", ya sea en festividades religiosas o en vacaciones, o en el cumpleaños, usted puede ayudar a que el participante de intercambio disminuya este período invitándolo a estar ocupado, preguntele sobre sus celebraciones, y explíquele sobre las festividades locales, y sobre lo positivo de conocerlas al estar hospedado en esta comunidad. Habiendo tenido la oportunidad de vivir fuera en una experiencia intercultural, existe la posibilidad de que al regresar a su país de origen puedan extrañar las festividades del país anfitrión, durante la misma época el próximo año.