

ENFRENTANDO EL “CHOQUE CULTURAL”

Para cualquier persona que vive en un país como extranjero es importante reconocer que el “choque cultural” es normal e inevitable. El misionero no debe pensar que es suficientemente fuerte o maduro para evitar los efectos de esta realidad. El aceptar que vamos a experimentar algunos efectos es el primer paso en superar los efectos negativos y de aprender a adaptarse bien y funcionar eficazmente en la nueva cultura en que se vive.

Aquí esta una lista de algunos síntomas comunes de personas que están experimentando “choque cultural”:

- Críticas sobre la cultura y la gente
- Mayor irritabilidad
- Quejas constantes sobre el clima
- Continua oferta de excusas para quedarse dentro de casa
- Ideas utópicas sobre la cultura de donde uno viene
- Continua preocupación por la pureza del agua y los alimentos
- Miedo o deseo de evitar relacionarse con la gente
- Falta de deseo de aprender el idioma
- Preocupación acerca de ser robado o estafado
- Deseo fuerte de hablar con la gente que "realmente tiene sentido."
- Preocupación por volver a casa

Cada persona que experimenta el “choque cultural” va a reaccionar en forma diferente y en grados diferentes. Pero todos, de alguna forma, pasan por estos síntomas al integrarse a una nueva cultura. Después de reconocer que es totalmente normal experimentar estos síntomas, el misionero debe de enfocarse en el proceso de adaptación. La eficacia del ministerio de misionero a largo plazo depende mucho en su habilidad de hacer cambios que le permitan funcionar adecuadamente en la nueva cultura. Muchos misioneros tienen como meta llegar a ser totalmente bi-culturales. Mientras esto es admirable es importante reconocer que generalmente requiere muchos años llegar a ser bi-cultural y que la mayoría de los misioneros transculturales disfrutaron un ministerio exitoso sin llegar a este nivel de adaptación total.

Es de ayuda para la persona que está en el proceso de adaptación a una nueva cultura, entender las “etapas de adaptación” comunes:

1. Diversión: La emoción y la aventura de experimentar nuevas personas, cosas y oportunidades.
2. Huir: Desorientación trae la necesidad de evitar todo y pensar que todo es diferente.
3. Lucha: La tentación de juzgar a las personas y las cosas que son diferentes como malo o tonto.
4. Ajuste: la interacción creativa con la nueva cultura que incluye una disposición a comprender y aceptar
5. Comodidad: desarrollar una facilidad de funcionar en la cultura sin la necesidad de utilizar energía para “hacer cosas en una forma diferente”.
6. Bi-culturalismo: cuando el vivir en la nueva cultura es tan fácil y aceptable que no hay preferencia alguna para la cultura anterior.

¿Cómo podemos avanzar frente al reto del “choque cultural”? Aquí esta una lista de ideas prácticas para ayudarnos durante el proceso de adaptación:

1. Intenta reconocer y rechazar sus perspectivas etnocéntricas. Aprenda a decir, “No está mal, es diferente.”

2. Asegúrese de que sus actitudes estén enfocadas en entender profundamente la otra cultura en vez de criticarla en forma superficial.
3. Concéntrese en lo que puede controlar. (no puedes cambiar una cultura entera ni exigir que hagan las cosas de acuerdo a su cultura como extranjero). Cuando estamos sufriendo un choque cultural, por lo general se sienten fuera de control. Así pues, no gastar energía en cosas que no pueden cambiar.
4. No invierta su energía en problemas de menor importancia. Hacemos "una montaña de un grano de arena", incluso más rápidamente en situaciones interculturales que nosotros en nuestra propia cultura.
5. Abordar los factores de estrés mayor en la cabeza. No evite las cosas por pensar que no son tan importantes o que van a desaparecer.
6. Pida ayuda. Crear una red de apoyo amplia tan pronto como pueda en su cultura de destino. Esto puede incluir los expatriados, así como gente de la cultura local.
7. Escríbalo. Tome tiempo para reflexionar personalmente. Después, grabe sus pensamientos y frustraciones en un diario. Esto le dará una salida saludable para expresar sus sentimientos.

Adaptado con permiso de un artículo por Howard Culbertson tomado de:

<http://home.snu.edu/~hculber>

ObreroFiel.com- Se permite reproducir este artículo siempre y cuando no se venda.