

Acompañamiento en el Duelo

Preguntas centradas en la relación

Mtro. Arturo Salcedo Palacios

Queremos retomar lo publicado en el número de Enero de la Revista, profundizando sobre las preguntas que pueden favorecer un buen acompañamiento en la vivencia de duelo

Preguntas centradas en el acompañamiento

1. Describe tu relación con tu acompañado... ¿Cuáles son los aspectos más gratificantes? ¿Cuáles son los retos más importantes? ¿Cuáles son las principales dificultades a superar?
2. Normalmente, ¿cuáles son tus sentimientos al inicio de tu visita? ¿y cuáles al terminar?
3. ¿Cuáles crees que son los sentimientos de él, ella, al inicio y al final de tu acompañamiento?
4. ¿Crees que tu acompañado(a) confía en ti profunda e íntimamente? En caso contrario ¿Por qué no?, ¿qué puedes hacer al respecto?
5. Evalúa y da ejemplos de los aspectos siguientes de la relación.
 - Respeto: ¿Ambos se tratan respetuosamente, o tiendes a sentirte por encima de él/ella?
 - Congruencia: ¿Tu lenguaje verbal y no verbal están en sintonía? ¿Su lenguaje verbal y no verbal es el mismo?
 - Calidez: ¿Crees que expresas empatía y aceptación hacia él, ella? ¿Crees que lo percibe?
 - Consideración positiva: ¿Cómo expresas lo valioso que él, ella es para ti como ser humano amado por Dios?
6. ¿Te sientes frustrado por no cumplir expectativas irreales en él, ella? ¿O en ti mismo (a)? ¿Crees que él/ella tenga demasiadas expectativas sobre ti?
7. ¿Estás más centrado en el proceso del acompañamiento o en los resultados? ¿Ofreces soluciones, aconsejas a tu acompañado(a) o tratas de rescatarlo(a)? ¿Te sientes presionado para que él/ella haga cambios o se supere? ¿Piensas que estás fallando si él/ella, no mejora o cambia? ¿Lo presionas para que cambie?
8. ¿Crees que entre tú y él/ella han logrado establecer límites claros? ¿Él/ella depende de ti? ¿Cómo? ¿Sientes algún tipo de dependencia en la relación con él/ella? ¿Crees

que exista algún tipo de manipulación en la relación? ¿Percibes actitudes que no son de ayuda o consideras negativas o inapropiadas?

9. ¿Tu acompañamiento es de ayuda para ti? ¿Cómo lo puedes ver?

Esta serie A es útil para saber qué está sucediendo en la relación de ayuda; cuáles son los pros y los contras, las luces y las sombras del acompañamiento; cuáles aspectos vitales están o deberían estar presentes. Cuando el grupo de supervisión quiere “ver” lo que pasa con el cuidador o el acompañamiento, cuando es necesario refrescar aspectos básicos del acompañamiento, cuando parece que la relación de ayuda no funciona y el grupo no sabe por qué; cuando el que acompaña necesita reflexionar cómo su estilo personal está afectando su labor.

Preguntas centradas en la dimensión espiritual

1. ¿De qué manera expresas o transmites la presencia y/o cercanía de Jesús en tus palabras y acciones? ¿Cómo crees que la perciba tu acompañado(a)?
2. ¿Puedes ver a Dios actuando a través de ti? ¿En tu manera de acompañar y de estar? ¿Puedes percibir a Jesús en tu acompañado(a)? ¿Notas su presencia en la relación de ayuda? ¿Crees que él te está retando en tu acompañamiento? ¿Crees que tu acompañante encuentra a Jesús en ti? ¿De alguna manera la fe de tu acompañado(a) te ha enriquecido? ¿La presencia de Dios o su poder sanador se ha hecho evidente en tu ministerio?
3. ¿Qué preguntas acerca de Dios han surgido en la relación? Ejemplo “¿Por qué Dios permite el sufrimiento? ¿Cómo es Dios en realidad? ¿Cómo entender su voluntad? ¿Existe? ¿Cómo está presente en el dolor y la enfermedad?”. ¿Qué respondes cuando tu acompañado las hace?
4. ¿Cuáles son los temas importantes relacionados con la fe para quien acompañas? Ejemplo: su relación personal con Dios, el sentido y propósito de la vida, sentido de identidad, problemas de culpa o de miedo, de autoestima.
5. ¿Qué tan apropiado y efectivo son para ti el uso de la Biblia y la oración?
6. ¿Cómo es el Dios que tu acompañado anhela? Ejemplo: un Dios de paz, reconciliación, perdón, amor; un Dios presente en las crisis. ¿Cuáles son los pasajes bíblicos que muestran tales características? ¿De qué manera experimentas a Dios en esta etapa de tu vida? ¿Compartes tal experiencia con tu acompañado?
7. ¿De qué forma haces oración por ti mismo, por tu acompañado(a) y por tu acompañamiento?
8. ¿Has experimentado el poder del Espíritu Santo en tu ministerio con tu acompañado(a)? ¿Cuáles son los frutos del Espíritu: amor, gozo, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, gentileza, autocontrol o disciplina, qué más sientes y expresas? ¿Puedes ver en la relación un crecimiento espiritual, tuyo, de él/ ella, de ambos?

Percibir esta dimensión es importante cuando queremos “ver” cómo Dios está actuando en la relación; cuando el cuidador siente que nada constructivo sucede en la relación de ayuda.

El acompañante puede haber perdido la participación de Dios cuando pone más énfasis en la cura que en el proceso de acompañamiento; cuando se pone en el centro o cuando intenta que todo se resuelva debido a su esfuerzo personal en lugar de abrirse a la acción del Espíritu y ser sólo un instrumento.

Preguntas centradas en la dirección de la relación de ayuda

1. ¿La relación está cambiando? ¿Cómo? ¿Desde cuándo?
2. ¿Hacia dónde va la relación?
3. ¿Son tus expectativas, referentes a la dirección del acompañamiento, apropiadas y realistas?
4. ¿Qué tan realistas crees que son las expectativas de tu acompañado(a)?
5. ¿Cuánto tiempo crees que durará esta relación de ayuda?
6. ¿Cuáles son las metas de tu acompañamiento en tu próxima visita?
7. ¿Cómo fijas tales metas? ¿Cuáles son tus necesidades o las de tu acompañado(a) reflejadas en tus metas?
8. ¿Tus metas se centran más en el proceso o en los resultados?
9. ¿Sientes la tentación de poner metas por él, ella?
10. ¿Ayudas a tu acompañado(a) a que ponga sus propias metas y a que encuentre los pasos necesarios para lograr sus objetivos?
11. ¿Puedes intuir lo que él/ ella tiene en mente como objetivo en tu próxima visita?
12. ¿Estás listo para finalizar tu acompañamiento formalmente? ¿Qué es lo que te impulsa a hacerlo?
13. ¿Crees que tu acompañado(a) también está considerando el final? ¿Cómo llegas a esa conclusión? ¿Cuáles son las señales que has visto? ¿Has respondido a tales señales?
14. Si es el momento oportuno para concluir, ¿cómo lo socializarás y qué acuerdos harás con tu acompañado(a)? ¿cuál crees que sea el momento apropiado para hacer un buen cierre?

La serie enfatiza lo que piensas del futuro próximo en la relación, las expectativas y metas de ambos, las señales que indican el cierre del acompañamiento y qué cambios han ocurrido. Se usa cuando el acompañante siente confusión con lo que está sucediendo en la relación, cuando se tiene la sensación de que la relación ha perdido parte de su propósito o su dirección; o que no se logran los progresos apropiados.