

ALGUNAS COSAS RÁPIDAS SOBRE EL ACOMPAÑAMIENTO.

RASGOS DE SITUACIÓN.

Centralidad del acompañado--

El Acompañamiento se centra en la persona, no en soluciones a lo que pueda narrar el acompañado (de hecho, en el acompañamiento no hay “problemas que solucionar” sino situaciones vitales, encrucijadas, oportunidades de vida y crecimiento)

Esta centralidad del acompañado supone:

- *El tema de la entrevista lo marca el acompañado (no el acompañante que ve las ‘carencias’ en la vida del acompañado ni un cuestionario de ‘revisión personal’)*
- *Son propuestas erróneas intervenciones del acompañante como: “háblame sobre eso” o “cuéntame cómo”; si en algún momento vemos necesario abrir miras al acompañado en un nuevo tema o aspecto para profundizar en la situación que trae al acompañamiento, mejor dándole a él el protagonismo: “te has planteado“...·*
- *Por supuesto que caben propuestas directas de actuación o de interpretación (cuando el acompañante ve claro tras la escucha atenta), cuyo final más normal, será de nuevo devolverle el protagonismo al acompañado, con propuestas como ésta: “¿cómo te suena?“...·*
- *Acompañar supone caminar al ritmo del acompañado -eso sí, animando a avanzar-; esto supone que no hay que adelantar etapas, proponer ya abordar situaciones que vemos claro que llegarán... el arte está en ir alentando y encauzando para que el acompañado por sí mismo pueda ir nombrando su vida (lo hará en la medida que vaya adquiriendo consistencia para personal)*

Situación vital (que no problema)-

Parte de una 'situación vital' en la que hay una llamada a vivir con mayor plenitud personal, es decir: mayor consciencia de sí, asunción de la propia vida (tomar la vida en las manos) y respuesta con mayor autenticidad y responsabilidad.

Cualquier situación vital nos habla de la realidad de la persona: "Cada persona se dice en aquello que dice". Es decir que el modo de aparecer en la entrevista (con su palabra y expresión no verbal) es una declaración de cómo se siente, se valora, se vive...



El arte de acompañar consiste en pasar del mensaje transmitido al emisor del mensaje.

Atender a la persona, supone mirar su integralidad partiendo del hecho narrado: atender a los sentimientos (qué siento), a los movimientos que una situación genera en la vida (a dónde me lleva), a los significados (descubrir y valorar vitalmente la situación)..

Fase 1: Escucha activa y empática.-

El acompañamiento se basa en la escucha activa y empática. Necesaria en todo momento, pero sobre todo fundamental al comienzo de la entrevista.

Escuchar bien al acompañado cuando nos narra la situación que plantea para el acompañamiento supone atender tres cosas:

- 1. Acoger el contenido:* Escuchar la narración que hace sobre una situación de su vida.
- 2. Captar el sentimiento:* A veces es evidente porque se expresa a través de una emoción y se capta por sí mismo (se emociona...) o ya lo ha expresado (entonces sólo haremos un eco-reflejo del sentimiento). En caso de que no se haya verbalizado, lo mejor es preguntar por el sentimiento, puede ser

- a. “Cómo te sientes al hablar de”, pero el cómo nos lleva con frecuencia a respuestas breves y muy ‘de cabeza’.
- b. Así que mejor “Qué sientes en esa situación” o “al decirte/cuando te escuchas...”

3. Atender la demanda: Preguntar abiertamente, si el acompañado no lo ha hecho explícito antes, qué intención le mueve a hacer motivo de conversación esa situación: qué se plantea, qué busca al contarlo...

- (a) Si ya nos dice que tan sólo contarle a alguien para desahogarse, pues ya sabemos que la entrevista de acompañamiento va a ir por esa línea (y no nos empeñemos en que descubra tal o cual cosa, que a lo que ha venido es a desahogarse y no se llevará mucho más... quizá a la siguiente, ya liberado/a podrá avanzar un poquito más).
- (b) Ahora que si busca otras cosas (cómo responder mejor, aclararse, conocerse), entonces la entrevista irá por los caminos que encontremos para atender esa petición del acompañado.

Esta fase de escucha activa puede terminar recogiendo el acompañante la situación vital de la entrevista (contenido narrado, sentimiento que provoca, demanda que solicita) y devolviendo todo lo empáticamente posible al acompañado la situación que vive y es motivo de acompañamiento. (Puede suceder que sólo el hecho de sentirse plenamente escuchado –en los hechos, sentimientos y búsquedas– haga que el acompañado retome la palabra acogiendo su vida con mayor consciencia y hondura)

Fase 2: Trabajar la situación:

Se trata de personalizar. Hay que llevar poco a poco al acompañado a que se responsabilice de la situación:

- 1) *Comprensión de sí y consciencia con la que vive: es el momento de interesarse por lo que vive y cómo lo vive, por lo que va sintiendo según va hablando, por lo que se le ilumina o abre como posibilidad, cómo se oye cuando nombra sus reacciones, su verdad...*
- 2) *Motivaciones que dan sentido: Abrir puertas al deseo de autenticidad interesándose por aquello a lo que se está sintiendo movido a partir de lo que experimenta y consciencia.*

Poco a poco el acompañado va 'cerrando' esta fase; llega a alguna conclusión vital, llamada... quizá hasta se hacen más largos y serenos los silencios.

Fase 3: Ofrecer una lectura al acompañado:

La entrevista concluye con un final recopilatorio que orienta la vida iluminándola o abriendo caminos de actuación:

La intervención del acompañante puede ser para:

- *Subrayar lo que el acompañado ha dicho.*
- *Ofrecer una lectura propia que le sirva al acompañado para ampliar su consciencia personal o señalar algunos aspectos que le ayuden a resituarse.*

Se concluye con un "aterrizaje" sobre cómo se va a seguir trabajando, que bien el acompañado puede explicitar por sí mismo o sugerirlo directamente el acompañante.