

Herramienta para ayudar

# Acompañando el dolor

Grupo Social Centro al Servicio de la Acción Popular (CESAP)\*

El dolor se ha convertido en una parte ineludible de la vida del venezolano; en definitiva, todos los días nos encontramos con diversas escenas que conmueven nuestras entrañas y además despiertan nuestras conciencias humanas y ciudadanas

**C**ada día llegan a la sede del Grupo Social CESAP personas que atraviesan duelos a causa de las distintas situaciones de violencia que se presentan. Es el caso de la vecina del barrio que ha perdido a su hijo víctima de grupos armados. En plena madrugada han entrado a su casa rompiendo el techo, arremetiendo con todo a su paso y sacando de la cama a este hombre, hijo, hermano, esposo y padre de tres hijos. Han ejercido violencia física y verbal sobre él y toda su familia.

Después de un largo recorrido por todo el sector y de fuertes maltratos psicológicos es llevado, con dos vecinos más que también fueron capturados, a uno de los callejones donde posteriormente estos sujetos vacían sus armas sobre ellos, arrebatándoles la vida y dejando los cuerpos allí tendidos.

Durante 24 horas la comunidad entera permanece en un silencio profundo. Mantienen un duelo colectivo que ha afectado a los adultos cercanos al área del homicidio, a los jóvenes y niños que han debido presenciar tal escena pa-

ra poder llegar a sus destinos de trabajo y estudio. Mientras tanto, el dolor de la madre, esposa, hermanos e hijos de los difuntos van cargados con un conjunto de emociones que incluyen ira, tristeza, indignación, soledad, impotencia, abandono, vacío. ¿Cómo acompañarlos?

Otra joven mujer, ama de casa y madre de tres hijos, atraviesa el duelo de la pérdida del menor. La depresión de este joven de 21 años pasó desapercibida para ella y para sus familiares. Estaba recién egresado de la universidad hace más de un año y medio, sin trabajo oficial en el campo estudiado. Decide quitarse la vida. El mayor impacto es para su mamá quien lo encuentra horas más tarde en su residencia. ¿Cómo acompañar a esta familia en su dolor?

Estos crudos relatos describen apenas algunos hechos de lo que implica para cada venezolano enfrentar la vida y la realidad del tiempo presente. Nuestra sociedad se encuentra envuelta en una dinámica deshumanizadora que está reproduciendo sujetos cargados con sentimientos, emociones y actitudes que revelan un estado de supervivencia, despertando en el individuo un comportamiento más primitivo.

## EL DOLOR COMO ESTILO DE VIDA DEL VENEZOLANO

Ciertamente nuestro país está golpeado por duelos repetidos y permanentes, la inseguridad va incrementándose y con esta situación disminuyen cada vez más los espacios del venezolano para moverse y relacionarse con libertad, espontaneidad y confianza en sus comunidades locales y en el resto del territorio nacional, afectando de manera directa y negativa los ambientes y fragmentando los valores que componen la cultura de los ciudadanos. El miedo y la desconfianza van ganando espacio y van predominando en la escala de valores o antivalores.

La incertidumbre de miles de familias al encontrar las despensas vacías, la ansiedad de no saber lo que se comerá mañana, la búsqueda desesperada de los elementos de la canasta básica aunado a los sueldos que periódicamente

se debilitan ante la inflación creciente está mermando la calidad de vida general de la población, restándole espacios a momentos de encuentro y recreación familiar alegres y amistosos que son necesarios para conservar la salud mental y emocional.

Es evidente la repercusión negativa de la realidad psicosocial del país, es alarmante cómo esto va debilitando las relaciones interpersonales del venezolano. Poco a poco desaparece la alegría, la amabilidad, la tolerancia, ese don natural del venezolano, el don de ser gente.

Ante esta realidad nos preguntamos: ¿es posible en estas circunstancias que parecen sobrepasar las posibilidades de la colectividad contar con personas dispuestas a mitigar el dolor de tantos hombres y mujeres? Ante estas y otras conmovedoras realidades, ¿es posible contar con la formación necesaria para realizar un acompañamiento empático y efectivo que colabore con el crecimiento?

#### **AYUDA EFECTIVA: ACOMPAÑANDO EL DOLOR**

El Grupo Social CESAP y Psicólogos sin Fronteras Venezuela han diseñado un programa que busca:

... brindar conocimientos y destrezas a profesionales no especializados en Psicología, comprometidos con la salud mental de la población, para que puedan prestar servicios de acompañamiento psicosocial oportuno y eficaz, a personas y comunidades en situación de crisis y duelo que les permitan aminorar las secuelas psicoemocionales, preservar su dignidad humana y fortalecer sus vidas.

El programa está dirigido a profesionales que se desempeñan en diferentes contextos: maestros, consejeros, enfermeras, voluntarios, personal de ayuda humanitaria, líderes religiosos, jueces de paz, líderes de consejos comunales, miembros de comunidades populares de base, policías, líderes comunitarios, promotores sociales, trabajadores sociales. A este grupo de personas se le ofrece una formación y capacitación, así como apoyo emocional ante sus propias crisis. Este personal es clave, pues actúa en la “primera línea” y está en contacto permanente con la población que sufre, convirtiéndose de esta manera en un promotor psicosocial.

El Programa de formación en acompañamiento psicosocial en crisis y duelo “Acompañando en el Dolor” tiene como objetivo despertar en los participantes la empatía hacia el dolor provocado por pérdidas ocasionadas por los niveles de violencia en nuestro país, brindando espacios para que el participante reconozca sus propias pérdidas, y las valore como parte sustancial de la vida y de las relaciones humanas y compren-

diéndolas como oportunidad de crecimiento y desarrollo humano.

La duración comprende cinco módulos de contenidos:

- Cinco sesiones de formación presencial de ocho horas cada una.
- Los días sábados.
- En horarios de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.

Deseamos egresar acompañantes con un perfil adecuado a la realidad país para lo cual ofrecemos:

1. Una capacitación no formal, que enseñará a la gente a brindar atención psicosocial en los contextos en donde se viven las crisis y los duelos.
2. Actividades presenciales (talleres) y no presenciales (seguimiento, acompañamiento).
3. Materiales didácticos (manuales del participante y el facilitador).
4. Talleres vivenciales y participativos.

Esta capacitación busca desarrollar una visión integradora acerca del abordaje de las crisis, pérdidas y duelos como oportunidades para el crecimiento individual y colectivo, desde la perspectiva psicosocial en el trabajo comunitario, brindándoles a los participantes herramientas para reconocer las manifestaciones características de una persona en situación de crisis para evaluarla y ofrecer, de ser necesario, los primeros auxilios psicológicos.

El contacto continuo con la realidad puede suscitar en nosotros una sensación de “callejón sin salida”; sin embargo, creemos en las posibilidades y en la calidad humana de tantos venezolanos que quieren colaborar con la construcción de un mejor país. “Estamos convencidos que cuando nos conectamos, conversamos y colaboramos, es posible transformar realidades y crear nuevas posibilidades con la gente”, y con este criterio el Grupo Social CESAP busca generar cambios positivos que nos lleven como sociedad al crecimiento común.

De esta experiencia de intercambio con hombres y mujeres, tanto en la primera cohorte como en la segunda, surge la necesidad de crear un *Servicio de atención psicológica para el abordaje de casos relacionados con duelo y crisis*, que está en función en nuestras instalaciones de lunes a viernes.

Es por ello que les invitamos a hacerse parte de esta 3ª cohorte del Programa de formación en acompañamiento psicosocial en crisis y duelo “Acompañando en el Dolor” que dará inicio el próximo 22 de abril.

\*Grupo Social Centro al Servicio de la Acción Popular (CESAP)