

Los Retos del Cuidador y la Supervisión

Arturo Salcedo Palacios

Cuando Carmen visitó por primera vez a Ana se enteró que padecía un cáncer inoperable y que era muy probable que muriera durante los próximos 6 meses. Carmen se sintió agobiada por la noticia y experimentó una gran necesidad de hacer oración: “Dios mío, ¿cómo puedo ayudar a Ana y cómo puedo compartir su sufrimiento?”. Al final de su diálogo estaba realmente agotada y se dijo: “no sé dónde voy a encontrar el valor para acompañar a esta persona”.

Mario ha estado acompañando a Armando durante un poco más de un año. Su papá había muerto repentinamente y la intensidad del dolor de Armando le había sorprendido e incluso abrumado. Mario pacientemente lo había escuchado y trabajó diferentes sentimientos acerca de su padre. Ahora, sin embargo, Armando parecía listo para seguir adelante por sí mismo y Mario pensó que, quizá, era el momento apropiado para hacer el cierre de su acompañamiento.

La relación de Tere acompañando a Mary siempre ha sido cercana; ahora, Mary tiene 90 años y ha vivido muchas pérdidas a causa de su edad y varias las ha compartido con Tere; a pesar de ello en su última visita Tere se dio cuenta de que nunca han rezado juntas. Sorprendida pensó: “Yo sé que ser cuidador es un ministerio cristiano y pareciera que entre nosotros no hay ningún elemento cristiano”, lo que le hizo sentirse interpelada y confundida.

Samuel estaba involucrándose con la problemática de Juan, su acompañado: a los 50 años había perdido su trabajo y casi había pasado un año antes de volver a encontrar otro que era temporal y estaba a punto de terminar. Juan no sabía qué hacer, necesitaba trabajar y nadie parecía interesado en contratarlo... empezaba a sentirse desesperado y deprimido y Samuel se sentía afectado por tal situación y no sabía qué hacer, ni qué decirle.

La última vez que Gloria acompañó a Marta se dio cuenta de que estaba dispersa y con dificultad para escuchar lo que le decía. Ella quería estar atenta y centrada en el diálogo, pero su mente estaba en “otro” lugar, lo que hizo sentir muy incómoda y culpable por no acompañar apropiadamente, incluso con dudas de cómo continuar su ministerio con esa falta de concentración y problemas para escuchar atentamente. Esta semana, Carmen Mario, Tere, Samuel y Gloria, se reunieron como grupo de supervisión. Hicieron oración al inicio de la reunión y hablaron con sinceridad y confianza de sus dudas, temores, retos, problemas, sentimientos, pensamientos, verdades, posturas, etc., etc., e intercambiaron puntos de vista. Al final de su trabajo grupal se sintieron aliviados. El simple hecho de tener una sesión de supervisión y compartir honestamente su situación personal, les hizo muy conscientes de que no estaban solos en su apostolado; que estaban con gente muy cercana e incluso amiga, de verdad interesada en el desempeño de su ministerio.

La clave es la supervisión

Un pequeño grupo de cuidadores supervisándose mutuamente es esencial para un acompañamiento exitoso. Muy probablemente se obtiene y se aprende más de las reuniones de supervisión que de varias sesiones de capacitación. De hecho, es aquí de donde depende el mejor funcionamiento del acompañamiento, más que cualquier otro elemento, excepto la ayuda que Dios nos da en el proceso.

La estructura de los grupos de supervisión y su riqueza

Lo ideal sería que entre 5 y 7 cuidadores se reúnan una o dos veces al mes. Estas reuniones se inician haciendo oración los primeros 5 o 10 minutos, enseguida se trabaja 45 minutos, se hace un receso de 15 minutos y luego otros 30 o 40 minutos aproximadamente. Lo importante es que todos expresen sus inquietudes, dificultades, retos; den y reciban una retroalimentación, es decir, se ayuden unos a otros a crecer como personas y ser más eficaces en su acompañamiento.

La experiencia de la supervisión de pares (todos participando iguales) hace que nuestro acercamiento sea más fresco y más vivo; además, normalmente de allí salimos con nuevos entendimientos y panoramas más amplios de lo que podemos hacer acompañando a alguien. También terminamos más integrados y conociendo mejor a nuestros compañeros de equipo, su forma de pensar y de trabajar, lo que nos prepara emocionalmente para nuevas maneras de relación, con más habilidad y/o eficiencia, como resultado del intercambio de variedad de enfoques e ideas. Al descubrir, sopesar y reflexionar sobre las necesidades y retos de los demás ampliamos nuestras perspectivas, nos enriquecemos y profundizamos en los aprendizajes. Al escuchar las luchas, jalones, e intentos de intervención de los otros, descubrimos mejores maneras de acompañar en diversidad de situaciones.

Al practicar las aptitudes propias de la relación de ayuda, la escucha, el reflejo de sentimientos y la comunicación asertiva, éstas se afinan y se refuerzan.

También los cuidadores, al trabajar en pequeños grupos, aprenden a conocer y a confiar en los participantes; lo que hace posible compartir abierta y honestamente para recibir una adecuada supervisión y darla. La herramienta más importante del acompañante es su congruencia y autenticidad (señalada en la triada rogeriana como la principal). La supervisión nos da la oportunidad no sólo de ser mejores cuidadores, sino también de integrar mejor nuestras habilidades; en lugar de ser simplemente alguien que más o menos escucha, convertirse en verdadero escuchador; en lugar de a veces poder acompañar e interesarnos por la situación de alguien, convertirse en un genuino cuidador y acompañante. Alguien que practica la relación de ayuda con tal congruencia ofrece el mejor acompañamiento posible. Ideas tomadas de: Stephen ministry training manual, By KENNETH C. HAUGK.