

Consejos para dar

ACOMPañAMIENTO
PASTORAL



A VÍCTIMAS DE
VIOLENCIA SEXUAL

A través de esta herramienta le compartimos algunos elementos básicos a considerar en el acompañamiento de una víctima de violencia. Aporta consejos sobre lo que debe y no debe hacer o decir cuando se da acompañamiento. Esperamos le sea útil como herramienta complementaria a la “Guía para Pastores y Líderes que dan acompañamiento a Víctimas de Violencia Sexual”.

1. Deje que el individuo establezca la agenda.

A muchos de nosotros nos gusta estar en control de todo, incluyendo la dirección de nuestras conversaciones. Esto puede sabotear nuestros mejores esfuerzos. Mientras más temprano está usted en su relación con la persona que está aconsejando más necesitan ellos controlar los asuntos que son discutidos. Si usted empieza haciendo demandas de la persona acompañada, usted está siendo, a lo mejor, injusto e inútil. Y lo peor, está siendo destructivo.

2. No hacer preguntas incómodas

Evite cuestionar. Al momento que la persona hable del abuso sexual no debe cuestionarse o interrogarse con duda. Debe mostrarle que se está creyendo su relato. Evite hacer varias veces la misma pregunta.

Puede haber asuntos de estilo de vida que necesitan ser discutidos en un tiempo futuro, pero nuestra reacción inicial necesita ser compasiva – no con preguntas.

3. Evite el “juego de la culpa.”

Gastar el tiempo culpando a las personas por lo acontecido distrae del asunto más importante. La verdad es que todos hemos hecho cosas en nuestra vida que involucran riesgo. Por lo general, hemos sido disculpados de las consecuencias de esos actos. Somos hipócritas cuando culpamos a otros si sufren las consecuencias de sus actos. El “juego de la culpa” evita que demos atención pastoral beneficiosa a aquellos que la necesitan.



4. La clave es la compasión

La compasión está siendo un canal de la gracia de Dios y viene junto al que está sufriendo. Suspendemos el juicio y nos enfocamos en las necesidades de los otros. La compasión se muestra en la gentileza, bondad, aceptación y amor. La atención pastoral que carece de compasión no es útil. La compasión es el camino a Jesús.

5. Confronte sus propios temores.

El temor lleva a algunos pastores e iglesias a rechazar acompañar a las víctimas de violencia. Pueden negarse a visitarlos o cuidarlos. Debemos confrontar nuestros temores con hechos, poner el juicio y el prejuicio detrás de nosotros y seguir con el privilegio y la obligación del ministerio.

6. La confidencialidad es un deber.

Debemos guardar la confianza que la gente deposita en nosotros. Divulgar la información sobre el hecho u otro asunto que nos confían no es sabio ni conveniente. Los pastores o consejeros no son libres de decir a otros los secretos que les han confiado. No lo deben decir a las esposas(os), comités de la iglesia, pastores o amigos. Si rompemos la confidencialidad, podemos herir al que confió tanto en nosotros que nunca buscará ayuda de nuevo. La única excepción es cuando la persona intente amenazar con hacerse daño a él mismo o a otros.

7. Actúe en esperanza.

Toda víctima de violencia no está desprovista de esperanza. Hay poder en la oración. Lo más importante, todos tenemos mucho más por que vivir. El evangelio de Jesucristo es un llamado a la esperanza, pues el plan de Dios para su vida aún está vigente y al permitirle a Dios que sane su corazón, podrá ser instrumento usado por Dios para ayudar a otros que pasen una situación similar.

8. Afirme el valor de la persona.

Todas las personas son creadas a imagen de Dios. Todas las personas inherentemente tienen una gran dignidad y valor eterno. Por lo tanto, en el servicio de ofrecer acompañamiento pastoral no hay que hacer acepción de personas, independientemente si la persona asiste o no a una iglesia. “De tal manera amó Dios al mundo” (*Juan 3:16*) Debemos encarnar el mensaje de amor o fracasaremos al ofrecer el Evangelio.

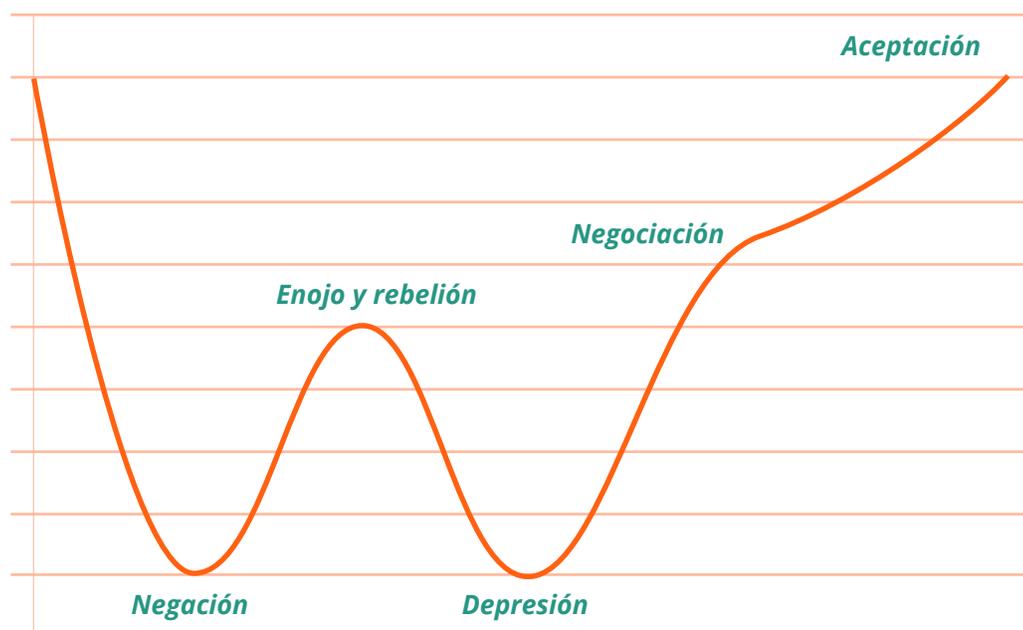
9. Sea sensible a las etapas del dolor.

Toda víctima de violencia va a pasar por algunas etapas como: La etapa de choque, la negación, el enojo, depresión y aceptación. Cada persona pasa por estas etapas en períodos diferentes de tiempo y puede retroceder o avanzar entre las etapas. Nuestro trabajo no es necesariamente mover a la persona a través de estas etapas sino ayudarle a enfrentar su etapa presente. Somos llamados a ofrecer apoyo a nuestros hermanos y hermanas durante estos tiempos difíciles.

Etapas del dolor

<i>Primera etapa: La negación, o de choque</i>	La negación nos permite amortiguar el dolor ante una noticia inesperada e impresionante; y es una forma de defendernos mentalmente ante esa mala noticia.
<i>Segunda etapa: Enojo</i>	Aparecen sentimientos como la ira y todos los sentimientos asociados a la misma y esto provoca que no nos dejemos cuidar. Por nuestra mente aparecerán múltiples preguntas como: “¿Por qué a mí?”, “¡No es justo!”, “¿Cómo me puede estar pasando esto a mí?”
<i>Tercera etapa: Depresión</i>	En esta fase lloraremos, sentiremos pena por nosotros mismos y generalmente renunciaremos a hacer muchas cosas porque no encontramos alegría en nada. Es perfectamente normal sentirnos deprimido por estos cambios y nos preguntaremos cómo seremos capaces de vivir el resto de la vida con ese dolor.
<i>Cuarta Etapa: Negociación</i>	Intentaremos llegar a acuerdos con nosotros mismos y con los demás para mejorar nuestra salud y calidad de vida. Lo más importante en esta fase es comprender que lo sucedido no es un castigo por algo que hicimos mal.
<i>Quinta etapa: Aceptación</i>	En esta etapa ya se acepta la situación. Sin duda que vamos a tener altibajos emocionales y los aceptamos como tal cuando se manifiestan, estamos encaminados a afrontar la realidad, que es el primer paso para lograr recuperar gran parte de la calidad de vida.

Gráfico de las etapas del dolor



10. Las expresiones de espiritualidad y la experiencia de la vida espiritual varían de persona a persona.

Nadie experimenta a Dios de la misma manera. Algunas personas expresan su fe emocionalmente, otros son callados y contemplativos. Algunas personas disfrutan de cantar; otras prefieren escuchar. Algunas pertenecen a un grupo religioso particular; otros no. Algunos están muy seguros de su dirección espiritual; otras están buscando y tienen muchas preguntas. Debemos estar presentes como guías pastorales que ayudan a la gente a encontrar su propio camino en su viaje espiritual.

11. Evite decir “yo sé cómo se siente.”

Aun si tenemos situaciones similares, no podemos entender completamente cómo alguien más está experimentando una situación particular. Las respuestas más útiles incluyen: “escucho su pena”, “lo siento”. “Estoy aquí para usted”; “entiendo que este es un momento difícil para usted”; “¿Qué puedo hacer para ayudar?” y “¿Cómo se siente? Algunas veces un abrazo silencioso es apropiado y necesitado.



12. Manténgase informado sobre el tema.

Para dar una atención pastoral útil, consistente, investigue más acerca de cómo acompañar a víctimas de violencia, busque apoyo de profesionales experimentados en el tema. Como sea que usted quiera informarse, hágalo hoy.

13. La atención pastoral puede ser un proceso largo, dependiendo de la situación

No podemos sanar toda herida y solucionar todo problema en una hora. La atención pastoral con alguien cuya vida ha sido violentada requiere, paciencia y desarrollar una relación. Nuestro rol es ir al lado de la persona y apoyarla, estar presente con ellos. No es responder toda pregunta y dar la solución a todo problema. Debemos ser pacientes mientras la gente pasa a través de las etapas de la pena y todos los asuntos que rodean su situación.

14. Conozca sus límites.

Ninguno de nosotros puede enfrentar adecuadamente todos estos asuntos. Debemos reconocer cuando hemos alcanzado nuestros límites y tener la voluntad de referir a la persona a otro profesional.

15. Cada situación de atención pastoral puede ser usada por Dios para hacernos las personas que Dios quiere que seamos.

Dios nos encuentra en la gente que servimos. Las personas que enfrentan situaciones difíciles, nos enseñarán como confrontar el miedo, la muerte, la frustración, la impaciencia, el prejuicio y la espiritualidad. Caminar a través de estas situaciones con ellos puede ser mutuamente beneficioso. Debemos estar siempre abiertos al crecimiento y cambio personal.