



Centros de Escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23

www.humanizar.es



Queridos miembros de la Red de Centros de Escucha,

Os saludo con ternura y buenos deseos pascuales, de celebración de la esperanza y del gozo de constatar que el amor y sus expresiones son más fuertes que la muerte y el sufrimiento.

Durante unos años, en el mundo de la salud y de los cuidados se ha promovido un modelo de atención "centrado en la persona". Fue particularmente útil el reclamo de Laín Entralgo de la "personalización de la medicina", así como el del Dr. Enid Balint, instando a la "medicina centrada en el paciente". En este contexto, se ha caminado mucho en clave reivindicativa de la autonomía de los individuos y el desafío de superar el paternalismo médico y empoderar al paciente en sus decisiones, así como en el reconocimiento de su libertad, de su identidad, que comporta tener unas preferencias y valores personales. También esto ha sucedido en el mundo del acompañamiento y del counselling, apoyados en la psicología humanista, sobre todo en Carl Rogers.

Con ocasión de la difusión de este modelo, valoramos la centralidad de la persona atendida y el respeto de sus capacidades y la estimulación de sus recursos para ser protagonista de su vida. Pero quizás estemos yendo hacia otro modelo.

Estamos dándonos cuenta del riesgo de hipertrofia del principio de autonomía, así como de la multidimensionalidad de la persona que es, siempre, relacional, interdependiente, y, por tanto, con la autonomía limitada o condicionada.

Por eso, valoramos también el potencial de la relación y apostamos por un modelo de atención que se vea enriquecido por las implicaciones del reconocimiento de nuestra dimensión social: somos interdependientes, seres relacionales, unos y otros, cuidadores y cuidados. Somos seres familiares, formamos equipos, nos vinculamos.

En la relación, nos hacemos capaces de sana compasión, de apoyo mutuo; nos reconocemos sanadores heridos y necesitados de cuidarnos para cuidar. Las relaciones entre los cuidadores, con las personas cuidadas, con las organizaciones, con uno mismo, son el desafío de atención y esmero. Vivimos por la relación, en la relación nos va la vida, en las relaciones nos reconocemos la dignidad. ¡Bienvenido el modelo de **"atención centrada en la relación"**!

José Carlos Bermejo.
Director Centro de Humanización de la Salud



¡Queridos compañeros escuchas, Feliz Pascua de Resurrección!

Feliz renacer a todo aquello que cada día retomamos, que nos esforzamos por sacar adelante, que decidimos disfrutar o sacar de nuestras vidas.

Os animo a comenzar este día con la reflexión de quien soy yo hoy, de en qué punto del camino, del mío, del que decidí recorrer, me encuentro, de conectar con mi esencia y tatar de comprender mi yo de ahora. Porque a veces, ya por inercia, nos movemos por la vida desde el que aprendimos a ser y recordamos que éramos.

Os convoco a actualizarnos, a renacer al momento, a vivir ese eterno presente del alma del que nos habló San Agustín.

Vivir el presente nos sitúa en el centro de nuestra vida, tomando decisiones desde la sabiduría de lo experimentado y el anhelo de lo que deseamos experimentar.

Saber renacer cada día al ahora es el gran regalo que podemos ofrecernos, tal vez por eso se llama presente.

Marisa Magaña Loarte



Queridos compañeros de Centros de Escucha en Red,

Este boletín sale con la primavera recién estrenada. El equinoccio de primavera, donde el día y la noche tienen la misma duración, es una buena oportunidad para aunar nuestros ritmos con los de la naturaleza y desarrollar nuestro equilibrio interno.

Además de contemplar la belleza del campo en esta época del año, dediquemos un tiempo para mirar dentro de nosotros mismos. ¿Me encuentro en equilibrio? ¿Hay alguna parcela de mi vida que desearía cultivar más?

¿Y en mi labor como escucha? Ojalá que en este caso la balanza se desequilibre a favor de la satisfacción por compasión. Yo, al menos, estoy segura de que así es. Que la alegría de Jesús resucitado nos ilumine el camino. ¡Feliz Pascua!

Luján Gómez Albo



Centros de escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha San Camilo en Badajoz

HABLAMOS. I JORNADA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



El día 14 de marzo de 2024, dentro del Plan Municipal de Prevención de la Conducta Suicida en la ciudad de Badajoz, se celebró "HABLAMOS". I Jornada para la prevención de la conducta suicida en dicho municipio. El encuentro estuvo organizado por el Instituto Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Badajoz, en colaboración con la Asociación Extremeña para la Rehabilitación Psicosocial y la Subdirección de Salud Mental del Servicio Extremeño de Salud. El evento estuvo dirigido a profesionales y entidades que promueven la salud mental en la ciudad y, por este motivo, nuestro Centro de Escucha San Camilo, que pertenece a la Mesa Municipal de Prevención del Suicidio, fue invitado a participar en el acto.

En el curso de la Jornada, se reunió una mesa de experiencias para dar a conocer y difundir las iniciativas existentes en la ciudad de Badajoz para la promoción de la salud mental y la prevención de las conductas suicidas. En representación de nuestro Centro de Escucha, participó en dicha mesa nuestra compañera Mila Ortega, que con sus conocimientos y su larga experiencia como escucha dio a conocer a los asistentes -más de 200 personas- el servicio que prestamos en nuestro Centro, contribuyendo, así, a que esta labor benéfica sea conocida en el ámbito de las instituciones y entidades locales.

Centro de Escucha San Camilo de Mérida

En marzo estuvo la Unidad Móvil de Intervención (UMI) en Mérida.

El sábado día 2, tuvimos una jornada intensa a la que asistimos personas del Centro de escucha de Mérida, del Centro de Escucha de Badajoz, de la Sociedad de San Vicente de Paul, de la parroquia de san Antonio, de la biblioteca municipal y de la escuela de arte. Todos voluntarios y con compromiso de escucha en su lugar de trabajo. Fue un gran éxito. Todas las personas muy participativas y contentas, manifestaron su inquietud por formarse en la escucha. Y Valentín, un ¡10!, al darnos a este grupo tan variopinto lo que necesitábamos. Nos propuso una red para que sigamos avanzando según nuestras posibilidades.





Centro de Escucha San Camilo de Huelva



El duelo y la ideación suicida en adolescentes y jóvenes, una preocupación compartida

130 personas participaron en la jornada formativa organizada por el Centro de Escucha San Camilo de Huelva sobre “Gestión de pérdidas e ideación suicida en adolescentes y jóvenes” la tarde de ayer, jueves 7 de marzo.

El aula magna del Seminario Diocesano de Huelva acogía esta jornada dentro del plan de formación y concienciación del Centro de Escucha San Camilo de Huelva, perteneciente a ADUPE (Asociación para el Acompañamiento en el Duelo y la Pérdida) e inscrito dentro del secretariado diocesano de Pastoral de la Salud.

Participantes venidos desde distintos ámbitos profesionales, pastorales, sociales, de voluntariado, padres y madres, etc. se dieron cita en esta acción formativa para

compartir una misma preocupación: nuestros adolescentes y jóvenes, de forma especial, aquellos que atraviesan un proceso de duelo o han sufrido una pérdida significativa. Entre los participantes, cerca de 50 se hicieron presentes a través de la plataforma zoom, no solo de la diócesis onubense sino también compañeros de la red de Centros de Escucha de Palencia, Pontevedra, La Palma de Gran Canaria, Badajoz, Argentina, Zaragoza, Aluche (Madrid), Barcelona..., así como otras entidades como la Pastoral de la Salud de la diócesis de Málaga.

¿Puede una pérdida derivar en una ideación suicida o en un suicidio? ¿Cómo detectarlo? ¿Qué hacer? Esas fueron las preguntas que desentrañó la ponente, la Dra. Consuelo Santamaría, que es experta en la materia y profesora del Centro de Humanización de la Salud de Tres Cantos (Madrid) y que en un primer momento abordó el duelo y sus características en los jóvenes y adolescentes para, tras un breve descanso, continuar explicando cómo los duelos complicados pueden generar una ideación suicida que derive en una planificación y consumación suicida, cómo detectar las señales y cómo acompañar e intervenir en estos casos.

Es esta una preocupación común y creciente –basta ver los datos estadísticos en los que el suicidio sigue siendo en España la primera causa de muerte externa, con el mayor incremento de muertes por suicidio o lesiones autoinflingidas de la última década entre los 15 y los 19 años (INE)–. Ante estos datos que sin duda generan alarma social, el Centro de Escucha San Camilo invita a tener una mirada humana y humanizadora, ir más allá para contemplar, en definitiva, el sufrimiento de la persona, de cada persona. Una preocupación que sea ocupación compartida: dar una respuesta adecuada ante el dolor humano, una respuesta de esperanza.





Centros de escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha San Camilo de La Rioja

ESTOY AQUÍ PARA ESCUCHARTE

Entre el 6 al 9 de marzo 2024 se celebraron las VI jornadas de formación, información y orientación del Centro de Escucha de la Rioja en Logroño, Calahorra y Arnedo, con el lema "Estoy aquí para escucharte". Fueron unas jornadas llenas de bastante aprendizaje, amistad fraterna y donación de unos con otros. Valentín Rodil, con brillantes ponencias entre estas: "Cómo Vivir el Duelo" en Calahorra, nos sumergió en temas que tocaron lo más profundo de nuestro ser recordando nuestra desnudez cuando de afrontar el dolor se trata; metafóricamente aludió a esa casa en ruinas o playa desolada y/o tormenta que transitamos necesariamente para navegar el mar del dolor, para luego anclarnos un poco en la calma y seguir la vida sin esa persona, o aquello que ya no está y que hemos perdido. La capacidad de reconstruir cada historia sabiendo "estar" en el proceso del duelo que vive el otro, y que mejor que guiado y acompañado por un buen "Escucha" son enseñanzas que nos motivan a seguir creciendo en la relación de ayuda.

La emotividad se vivió a flor de piel en la charla que se realizó en el colegio de Escolapias Paula Montal sobre "Los Nudos que Atan Nuestra Vida", donde en una ponencia inspirada en la prevención del suicidio, los corazones de los jóvenes latieron y varios de ellos decidieron acercarse al final a la UMI para compartir sus historias de dolor. Ver sus rostros llenos de interrogantes, miedos, ternura, llanto, entre otras emociones, nos permitió a quienes acompañábamos ese momento escucharlos y sabiendo que pisábamos tierra preciosa herida, intentar "estar" para ganar su confianza y apertura. Damos gracias a los jóvenes por regalarnos sus historias de vida llenas de tantos sentimientos. Confiamos en un mañana mejor para cada uno/a.

Con un público a rebosar y con la compañía del Alcalde y otras figuras públicas la charla sobre los "Verbos de la Soledad" en el auditorio de Ibercaja en Logroño, Valentín nos ilustró sobre este gran flagelo que padece nuestra sociedad contemporá-

nea y que no es exclusivo de los adultos mayores. Interrogantes como: ¿qué hacer con nuestra soledad?, ¿cómo vivirla?, ¿qué puedo hacer para que los recuerdos que me acompañan no me muerdan en mi soledad?, nos sumergieron en un mundo no desconocido para muchos, y nos motivan a seguir creciendo en nuestra labor como Escuchas, para intentar ayudar a aquellas personas que viven y sufren la soledad.

Como no resaltar el Café Tertulia en Arnedo, donde acompañados por el párroco de la iglesia de Santo Tomás, entre tazas de café y un delicioso bizcocho hecho con amor por las hermanas Clarisas disfrutamos de la presentación del Centro de Escucha, con el ánimo de motivar los corazones de muchos en la formación y el acompañamiento en duelo y situaciones de pérdidas en general.

Sentir desde la UMI que el Centro de Escucha de Logroño ha dado grandes pasos y que ya no es un lugar desconocido para esta población, nos reconforta y nos anima a seguir adelante con otros retos. La experiencia del sufrimiento nos invita a crecer con "más corazón en las manos", y a cultivar en nosotros mayores sentimientos de comprensión, cuidado, empatía y amor hacia los otros para que motivados por la relación de ayuda podamos contribuir en su proceso de curación. Qué alegría para la Rioja seguir cultivando el ¡Arte de la Escucha! Gracias Valentín por tus enseñanzas, ya te consideramos formador y parte de nuestro Centro de Escucha.

Finalmente, también damos las gracias a nuestro Obispo Santos quien se hizo presente en el cierre de la jornada animándonos a seguir con la tarea de ayudar a aliviar a los que sufren, sostenidos en la esperanza como fuerza motora de nuestro trabajo.

Tatiana Moya González





Centros de escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro Escucha San Camilo de Vigo

JORNADA DIOCESANA DEL ENFERMO 2024



Inspirados en el lema de la XXXII Jornada Mundial del Enfermo “Dar Esperanza a la Tristeza “ se llevó a cabo el pasado 10 de febrero 2024, en la parroquia Santa Lucía de A Salgueira de Vigo, el encuentro formativo de pastoral de la Salud organizado por el delegado Benito Rodríguez . Un encuentro que reunió al menos 50 voluntarios parroquiales de la Pastoral de la Salud.

Una oportunidad maravillosa que tuvimos el Centro de escucha para destacar la importancia de la Escucha en los hermanos servidores de la Salud, como medicina para aliviar el dolor psicológico, físico y el sufrimiento tanto del enfermo como de sus familiares.

Precisamente conscientes de que cuidar a un enfermo, es cuidar de sus relaciones, de sus vínculos afectivos necesarios para la salud emocional, un equipo de escuchas dimos a conocer de manera dinámica, amena y entusiasta la motivación del centro de Escucha de Vigo.

Se expuso sobre la Escucha, la importancia de formarse para educar orejas y cuerpo en la Escucha integral. Luego se invitó a realizar un ejercicio de visualización, focalizando el punto central de la Escucha desde el Corazón, que acoge y acompaña con ternura, con mirada compasiva, que alimenta el alma y ayuda a desenredar nudos críticos. Luego se procedió a realizar una demostración práctica de cómo se rea-

liza la Escucha Individual. El Centro Escucha Vigo , valorando la necesidad de las personas para hablar y ser escuchados en su cotidianidad, en la sensación de abandono, soledad o momentos difíciles , presentó la modalidad de la Escucha Grupal, grupos

abiertos que buscan fomentar la Unión y el Amor fraterno entre las personas que asisten dentro de un clima cálido de confianza , respeto y confidencialidad, evitando juzgar, la emisión de prejuicios, interrupciones, discriminación, consejos o cualquier tipo de adoctrinamiento.

Terminamos nuestro encuentro con varios testimonios de las personas que asisten tanto a los dos grupos de “Entre Amigos” de la Parroquia Corazón de María y de la Parroquia Santa Marta.

Se respiraba un ambiente animado y esperanzador de cristianos alegres. Se disfrutó de una comida fraterna y abundante. Y para cerrar el encuentro nos unimos por la tarde al rezo del Rosario y la celebración de la Santa misa organizada por la Hospitalidad diocesana de Lourdes

Este encuentro con los de la Pastoral de la Salud fue un regalo y gran ocasión para difundir nuestro Centro y experiencia, donde nuestros corazones se abrieron a la Escucha que Acoge, comprende, reconoce y dignifica la existencia de las personas





Centros de escucha en RED

Expertos en tratamiento del duelo

Información y citas 91 533 52 23



Centro de Escucha Virgen de Olaz

VOLUNTARIADO EN EL CENTRO DE ESCUCHA VIRGEN DE OLAZ A TRAVÉS DE LA ORACIÓN

El Centro de Escucha Virgen de Olaz ha incorporado una nueva iniciativa y un nuevo tipo de voluntariado en su Centro.

Cuando comentamos en nuestro entorno la labor de escucha que estamos realizando en el Centro de Escucha, acompañando a personas que se encuentran en situaciones de sufrimiento, nos encontramos con que muchos nos dicen que ellos no se atreverían a ser voluntarios escuchas pero sí se ofrecen a rezar por nosotros y nuestros dolientes. Pensando en su respuesta, y ante la complejidad de algunos de los casos que nos van llegando que nos hacen percibir nuestra fragilidad e insuficiencia, decidimos formalizar este ofrecimiento y solicitar voluntarios que nos pudieran apoyar en nuestra labor y acompañar a nuestros dolientes a través de la oración.

Para ello creamos un formulario para que aquellas personas que quisieran se comprometieran como voluntarios para orar por un doliente concreto durante el tiempo que esté siendo atendido en nuestro centro. Nos pareció más adecuado que fuera una oración personalizada, por lo que a cada voluntario "orante" le asignamos un doliente del que le facilitamos el nombre propio (nunca apellido) y el motivo de solicitud en líneas muy generales (por ejemplo, fallecimiento de un hijo por suicidio), asegurándonos de que no sea una persona conocida para él. A los dolientes les comunicamos, al margen de que sean o no creyentes, que si a ellos les parece les vamos a asignar un voluntario que va a rezar por ellos a diario durante el tiempo que estén con nosotros. De momento, todos han acogido muy bien y agradecido la iniciativa y varios se han emocionado cuando se lo hemos comunicado.

A día de hoy estamos atendiendo a 21 dolientes y contamos con 18 voluntarios escuchas y 15 "voluntarios orantes" que nos acompañan en nuestra labor.