

ETAPAS EN EL ACOMPAÑAMIENTO

Adaptado de: Etapas en el acompañamiento de Denise Brown

Etapa 1: En el futuro cercano voy a acompañar

Te han convocado para acompañar a una persona mayor o con enfermedad terminal,

Concepto clave:

Preguntar

- acerca del receptor (condición física – anímica y social)
- acerca de su familia (red vincular, familia y otros)
- acerca de los profesionales del equipo (quiénes son, vías de comunicación)
- condiciones del trabajo (horarios, lugar, remuneración)

Propósito: Prepararse- Recoger información (Entrevista/s)

Importante: Hacer los arreglos personales (horarios, obligaciones).

Etapa 2 Empiezo el acompañamiento

Has comenzado a acompañar.

Concepto clave: Encontrar

- horario adecuado (momento del día, duración)
- lugar
- comodidad

Propósito: Entrar al rol.

Experimentar, ver qué funciona y qué no. Comodidades e incomodidades. Ensayar la comunicación con el equipo profesional.

Delimitar el rol.

Importante: Observar, prestar atención. Consultar al acompañado.

Detectar posibles dificultades en uno mismo y/o en la situación.

Consultar opciones con el equipo. Tomarse pausas. Llevar un diario

personal: registro de sensaciones, sentimientos y pensamientos propios. Anotar todo lo que llama la atención.

Etapa 3 Estoy acompañando

Se establece el ritmo, la rutina. Has estado acompañando por un período (semanas, meses, con frecuencia de una o varias veces por semana), tu agenda diaria está estructurada en función del acompañamiento.

Concepto clave: Recibir

- Ayuda
- Apoyo

Propósito: desarrollar una rutina que cuide tanto del acompañante como del acompañado

Importante:

Determinar tus límites de tiempo, qué situaciones te resultan difíciles.

Tomarse descansos. Expresar tus emociones. Mantener hábitos de autocuidado y rutinas personales placenteras.

Encontrar el sentido de la tarea en tu vida. Recurrir al equipo de apoyo. Actualizarse con el equipo tratante sobre la situación del acompañado. Revisar si estamos preparados para los siguientes pasos.

Etapa 4: Sigo acompañando

Llevas tiempo acompañando, has estado en diversas situaciones con

al acompañado, internaciones, cirugías, etc. La familia te conoce y reconoce y vos a ellos.

Concepto clave: Aceptar

- Los buenos momentos en el vínculo
- Los errores
- Las sorpresas

Propósito: aumentar la comprensión del rol y del vínculo con el acompañado

Importante:

Encontrar momentos de disfrute con el acompañado, estar en el presente, pensar en el futuro.

Etapas 5: Mi rol está cambiando.

Has estado acompañando un período importante, la condición del acompañado está cambiando y tomas conciencia de la inminente muerte.

Concepto clave:

Permitir

- Tiempo de duelo
- Evaluación de lo realizado
- La preparación singular y única del acompañado

Propósito: acompañar al acompañado en sus últimos momentos, colaborando en la implementación de sus decisiones. Tiempo de despedida. ¿Cómo sigue mi vida?

Importante:

Darse el tiempo para el duelo, expresar emociones, releer el diario personal, buscar confort anímico

Etapas 6: Acompañando a morir

El acompañado agoniza y/o muere

Concepto clave:

Soltar

- **Actitud contemplativa**
- **Confianza**

Propósito: Sostener el momento.

Importante: Estar abierto

Etapas 7: El acompañamiento ha concluido

Has concluido tu tarea, compartes con otros tu aprendizaje, escribes

tus reflexiones. Incluyes lo aprendido en tu vida personal y en tu crecimiento personal como individuo.

Concepto clave:

Atesorar

- **los desafíos**
- **los aprendizajes**
- **los recuerdos**

Propósito:

Implementar lo aprendido como acompañante para otras personas y/o futuros acompañados

Importante:

Descansar y reponerse.

Estar disponible para la familia del acompañado un cierto tiempo