



## 05/El método para acogiendo su fragilidad, acompañar a la familia

**Xosé Manuel Domínguez Prieto,**  
Director del Instituto da Familia. Ourense.

Acompañar a una familia es hacer con ellos un camino, abrir un proceso de encuentros pautados durante un tiempo. Estos encuentros tienen un componente de sorpresa, de imprevisibilidad y resulta fundamental estar abiertos a la novedad que supone cada familia, cada persona, y a la sorpresa que nos trae cada encuentro. Sin embargo, hay un cierto camino que recorrer, un cierto método, un cierto proceso con elementos comunes que luego se adaptarán en función de cada familia y cada situación. Aunque hay sorpresa y cada encuentro y cada acompañamiento son distintos, no cabe improvisar. Tampoco basta la buena voluntad. En realidad, todo acompañamiento ha de contar con un método, es decir, con un camino y con una forma de obrar a través del diálogo de estilo socrático. El proceso de acompañamiento, en su estructura básica, es un proceso de diálogo y de escucha.

En el presente artículo presentaremos, a vuelapluma, cuáles pueden ser las etapas generales por las que acompañamos a una familia en sus fragilidades. Estas etapas, flexibles en su seguimiento, aunque son los momentos del propio proceso de acompañamiento, también lo son de cada encuentro. También es cierto que en los primeros encuentros se trata más bien de establecer cuál es la situación, la necesidad y lograr un cierto conocimiento (y autoconocimiento!) de la familia, y en las siguientes se pueden centrar más en los ideales, los objetivos y el modo de conseguirlas.

El método que proponemos de modo extraordinariamente sucinto es el que hemos desarrollado y el que está a la base del Curso on line de Acompañamiento familiar que desde el Instituto da Familia, avalado por la Universidad Católica de Ávila. Así mismo, es el propuesto en el aplicado en el Máster en Coaching Familiar del Instituto da Familia avalado académicamente por la Universidad Francisco de Vitoria.

*Palabras clave: Familia, Acompañar, Escucha, Necesidad.*

Accompanying a family is traveling with them, opening ourselves for a while to a process of scheduled meetings. These meetings have a component of surprise and unpredictability. It is essential to be open to the new elements of each family, each person, to the surprise each encounter brings us. However, there are specific paths, methods and processes with common elements we will have to adapt according to each family and each situation. Despite the surprise, despite each meeting and each accompaniment are different, we should not improvise. Goodwill is not enough either. In fact, all accompaniment must have a method, that is, a way of acting through a Socratic dialogue. The accompaniment process, in its basic structure, is to know how to dialogue and listen.

In this article, we will briefly introduce the general stages to accompany a family in its fragilities. These stages, which can be followed in a flexible way, are the moments of the process itself and of each meeting. In fact, the first encounters are specially focused on establishing the situation and the need, and achieving certain knowledge (and self-knowledge!) of the family. Latter on, we can focus more on the ideals, the objectives, and how to achieve them.

We suggest very succinctly the method that we have developed as the basis of the online Family Accompaniment Course of the Instituto da Familia, endorsed by the Catholic University of Avila. It is the same method proposed and implemented in the Masters in Family Coaching of the Instituto da Familia, academically endorsed by Francisco de Vitoria University.

*Key words: Family, Accompanying, Listening, Need.*



## 1/

### Acogida.

En el modo en que acogemos a una familia (o a una persona) es en donde nos jugamos gran parte de la eficacia de nuestro acompañamiento. La acogida constituye el primer momento en el que nos encontramos con la familia, pero también una actitud y un modo de actuar.

¿Cómo ha de ser esa acogida a la familia o al matrimonio que llegan con sus dolores y vulnerabilidades? Ha de ser cálido, respetuoso, empático, con actitud de acercamiento. Nos presentamos como compañía, que consiste en estar conscientemente presente. Para ello es necesario ‘dejarse tocar’ por esta familia, dejarse afectar, estremecerse tras mirarles, conmoverse. La cercanía se expresa mediante el contacto. Hay que poner corazón en las manos. El apretón de manos, la caricia, el abrazo, la mano sobre la mano o sobre el hombro, expresan apoyo, compartir dolor, presencia.

Acoger supone saber crear, desde el primer encuentro, un clima de confianza en el que la familia pueda mostrar sus necesidades y expectativas

En el encuentro, el importante es el otro. Atenderle empáticamente, poniéndome afectiva e intelectualmente en su lugar. Sonreír, reconocer

limitaciones, usar sentido del humor ante los contratiempos, postura relajada, expresión serena y tono de voz calmado, mostrándonos sin prisas y encantados de poder atenderles.

Para que la acogida sea eficaz hemos de lograr adquirir tres artes: el de comunicarnos, el de preguntar y el de escuchar. Los tres van íntimamente unidos.

#### Comunicación

La acogida la familia que llega con sus vulnerabilidades a un proceso de acompañamiento, supone establecer con él una adecuada comunicación. Para ello, hemos de tener en cuenta que comunicamos no sólo lo que decimos sino cómo lo decimos. Por otra parte, hemos de tener en cuenta de que, por nuestra parte, la comunicación exige apertura, sinceridad y claridad. Y se trata de comunicar sentimientos, deseos, necesidades, siempre desde el respeto mutuo.

#### El arte de preguntar

El arte de acompañar se apoya en gran medida en el arte de preguntar. El diálogo socrático con la familia en el que se base el acompañamiento se concreta en hacerle preguntas abiertas mediante las cuales él pueda conocerse mejor a sí mismo y pueda encontrar por sí la salida a la situación en la que está. Para cada momento del acompañamiento hay que saber hacer las preguntas clave. Pero cada montaña indica como subirla (unas por sendero, otras escalando, otras en zigzag...).

Estas preguntas han de ser

- **Preguntas a todos**, pues a todos queremos escuchar.

- **Preguntas abiertas** (que no se contesten con un “sí” o con un “no”) pero siempre hechas con alguna intención, como por ejemplo, la de generar información sobre aspectos que la persona hace bien, sobre cómo ha obrado bien en otras situaciones semejantes.

- **Orientadas a cambiar de perspectiva, a cambiar el modo en que interpretan la situación uno o varios miembros de la familia**, pues muchos problemas no radican tanto en lo que ocurre sino en cómo se juzga lo que ocurre.

Hay que tomar conciencia de que toda pregunta supone una interpretación. Puedo condenar con mis preguntas (“¿Has dejado ya de insultar a tu madre?”, “¿Eres menos violento con tus hijos?”) o bien abrir caminos de esperanza (“Ya has comprobado hasta dónde eres capaz de ser amable con tu madre?”).

#### La escucha

Escuchar no es oír lo que la familia dice sino ponerse activamente a atender al otro, para lograr ponernos en su punto de vista. Llamamos empatía a la capacidad de ponerse en el punto de vista de los otros, tratando de comprender sus pensamientos, sus motivos, sus sentimientos, la conexión entre sus relaciones. Se trata de mostrarles al matrimonio o familia que nos hacemos cargo de su situación, que lo que les sucede nos importa, que nos ponemos en su punto de vista. Para ello es bueno decirle al acompañado frases como “Entiendo lo que os pasa”, “Entiendo lo que sentís”.

Por tanto, en la acogida invitamos a la familia a que exprese qué les inquieta, qué sienten como problema. Se trata de darles espacio a ellos y a sus sentimientos.

- **Facilita la escucha** prestar atención a lo que dice cada uno y a las reacciones no verbales de los demás, tratar de comprender las razones de unos y otros, sin juzgarles ni ponernos de una parte frente a otros. También ayuda darles a entender que les estamos escuchando tanto con palabras como con expresiones como “ah”, “ya veo”.

Pero, sobre todo, se han de sentir escuchados a través del lenguaje no verbal (gestos de asentimiento, mirarles, inclinarnos hacia quien

habla). Es necesario no sólo atender a qué nos dicen sino a cómo nos lo dicen: gestos, posición corporal, emociones que muestra. Y, en el caso de las familias, es necesario atender a cómo reaccionan unos ante las palabras de los otros.

- **Dificulta la escucha** la distracción, interrumpir a quien está hablando, juzgarle, ofrecerle soluciones antes de que termine de explicarse, no darle espacio para que se exprese apresurándose a darle un consejo, decirle que lo que le pasa no tiene importancia o decirle que eso le pasa a todo el mundo. Además, dificulta la escucha el ponerse de parte de unos o darles la razón frente a los otros.

## 2/

### Descubrir qué necesitan.

**Acompañar a una familia supone ayudar a la comunidad a que descubran cuáles son sus necesidades más profundas ya a verbalizar qué siente ahora como carencia, como dificultad.**

En todo caso, a través de preguntas, es muy importante que descubran dónde está la dificultad para no confundirla con el sentimiento o con el síntoma de la dificultad (si el hijo o la hija consume estupefacientes puede tratarse no tanto del problema como del síntoma de otra situación que necesita el cambio, como la falta de comunicación o afecto de los padres).

Es patente que si una familia, a instancias de alguno de sus miembros, se acerca al acompañamiento es que necesita **alivio**. Sin embargo, es necesario que el **objetivo de un acompañamiento no es eliminar síntomas molestos**. Estos síntomas son manifestaciones de la necesidad y quizás haya que aprender a aceptarlos y, sobre todo, a interpretarlos.

El síntoma cumple una función: la de darnos pistas de cuál es la necesidad. La actitud más adecuada en acompañamiento no es la de apresurarse a eliminar síntomas sino la de tratar de entender el mensaje que tienen, a que problema o necesidad remiten. Luego, podremos tratar de aliviar el sufrimiento del síntoma.

Estas necesidades pueden descubrirse o perfilar-se, entre otros modos, por hermenéutica afectiva (es decir, interpretando sus sentimientos), por sus quejas, por indagación sobre sus gustos y deseos, tratando de visualizar cuál sería para esa persona un futuro perfecto, por sus preguntas. Para indagar en sus necesidades y descubrir cuál es su alcance real, utilizaremos las preguntas socráticas.

Así, si nos dicen **“tengo una angustia permanente”** habrá que preguntar **“¿Permanente?”** ¿Siempre la tiene? ¿Cuándo la tiene más acusada? El objetivo será centrarse en los momentos en que realmente aparece la situación dolorosa o desajustada. Por eso hay que **“desactivar”** con preguntas generalizaciones como **“Todo me va mal”**. A esta, habría que contestar **“¿Todo? Dígame cosas que le van bien y personas con las que le va bien”**. Esto nos conduciría a llevar la cuestión a sus justos límites.

Por otra parte, tras todas estas necesidades inmediatas que la familia expresa, es decir, bajo las necesidades y vulnerabilidades patentes, existen necesidades profundas y vulnerabilidades existenciales.

Por ello, hay que estar abierto a lo que nos comunican los miembros de la familia, pero conviene ir más allá, tomando conciencia de sus necesidades más hondas para ayudarles a que vivan según su verdad más profunda (su ser personas, su dignidad, su experiencia comunitaria, su experiencia amorosa, el sentido de sus vidas).

Por tanto, debemos analizar qué necesidades tienen sin satisfacer pero también qué necesidades desconocen. Vulnerabilidad que no es conocida, no se puede acompañar.

### 3/

## Conocimiento y autoconocimiento.

Todo acompañamiento a una familia debe acercarnos pronto a un suficiente conocimiento de la familia y su situación, por parte del acompañante, y a un mayor autoconocimiento por parte de la familia. Tratamos de desvelar la esencia de la propia familia, sus elementos, sus roles, sus conflictos, los cambios que harían que el sistema funcionara mejor, su situación ideal.

Conocer dónde se está es clave para poder diseñar el camino hacia donde se quiere ir. Se trata de que la familia y sus miembros exploren y comprendan su situación para luego poder actuar con sentido. Esto ocurre mediante las preguntas que le hace el acompañante.

Las preguntas han de conducir al **‘Insight’**, al repentino darse cuenta de algo que no se veía, algo que permanecía velado. El acompañante ha de mostrar comprensión. Nunca se debe **‘etiquetar’** a la familia o a alguno de sus miembros, pero tampoco dejar que ellos se **‘autoetiqueten’**.

Lo primero de todo, es preguntarse por la razón de ser de esta familia. Para ello, son pertinentes preguntas como **“¿Para qué existe tu familia? ¿Cuáles son sus fines? ¿Cómo se están cumpliendo? ¿Cuáles son los elementos de esta familia? ¿En qué relación están? ¿Cuáles son los conflictos recurrentes? ¿Qué es lo mejor y lo peor de tu familia? ¿Qué cambiarías para que la familia funcionase mejor? ¿Cuál sería la situación ideal? ¿Qué echas de menos en tu familia? ¿Qué sobra? ¿Qué estás aportando tú?”**.

Se trata de acercarnos y acercarles al conocimiento del sistema familiar, del tipo y estilo de sus relaciones, de su momento en el ciclo vital, eventos biográficos clave, organización.

Todo acompañamiento a una familia debe acercarnos pronto a un suficiente conocimiento de la familia y su situación, por parte del acompañante; y a un mayor autoconocimiento por parte de la familia

### 4/

## Ideales y objetivos.

**No hay viento bueno si no se sabe a dónde navegar.**

Una vez tomada conciencia de la situación, hace falta tomar conciencia de cuáles son sus retos y objetivos como familia, como pareja. Para ello les hemos de preguntar: **“¿Qué queréis mejorar juntos? ¿Qué os proponéis juntos? ¿En qué os proponéis mejorar?”** Luego llegará el momento de encontrar los medios para pasar del estado actual al ideal, mediante el establecimiento de indicativos concretos.

Esta pregunta por los objetivos, a su vez, depende de que descubran cuál es su razón de ser, los ideales que comparten, lo que consideran valioso o importante. Desde estos valores e ideales, se descubren cuáles pueden ser los objetivos. Pero, sobre todo, se descubren a partir de las carencias: siento algo como carencia porque es carencia de algo importante.

Estos objetivos han de expresarse en positivo. No serviría, por ejemplo, **“Que mi hijo no responda chillando a mis peticiones”** sino **“Que mi hijo escuche atentamente y responda positivamente y con calma a lo que le pido”**.

Ahora bien, aquí hay que distinguir dos planos: por un lado el plano de las los objetivos inmediatos, de metas que responden a carencias inmediatas, concretas, de la vida cotidiana, como pueden ser **‘que mi hijo deje de tener una actitud agresiva’**, **‘que logremos dialogar sin reñir’**, **‘que podamos tener tiempo juntos’**, **‘que mi hija se comuniqué conmigo’**... Estos son los que las personas detectan y les afectan directamente. Son los objetivos de **primer nivel**.

Pero más allá de estos, mediante preguntas, habrá que conducir a las familias a plantearse cuáles

De un modo especial, debemos llegar a conocer cuáles son **las fortalezas que tienen y que permiten cambio**: bienestar, apego positivo, comunicación, interacción familiar adecuada, se escuchan y dialogan, expresiones de cariño, normatividad en casa, presencia de otros miembros de la familia extensa, red social de apoyo, factores contextuales (trabajo, nivel económico adecuado). Siempre hemos de partir del conocimiento y valoración de lo positivo.

Hecho esto, puede llegar el momento de **detectar las debilidades que mantienen la situación, sus vulnerabilidades**: enfermedades, adicciones, apegos deficientes, traumas, relaciones conflictivas, no se escuchan, no dialogan, agresividad, falta de normas en casa, coaliciones tóxicas, dificultades de comunicación, falta de habilidades sociales, soluciones disfuncionales, crisis evolutivas, factores contextuales (pobreza, paro, falta de red de apoyo, aislamiento, etc.). Lograr una hipótesis de donde se encuentra la raíz del problema y qué es lo que lo mantiene.

Así mismo, deberemos descubrir los desencuentros: actitudes de indiferencia, voluntad de dominio y manipulación, cerrazón, crítica, falta de compromiso, falta de confianza, ausencia, aislamiento, estar a la defensiva.

Con mirada sistémica deberemos detectar los bucles de retroalimentación (A produce B y B mantiene A), patrones de conducta (maneras de comportarse que se repiten), distorsiones cognitivas, alianzas tóxicas, deficiencias de relación.

Así mismo, este proceso de conocimiento debe detectar -si lo hay- la **autovictimación de la familia**, las formas erróneas de pensar y las distorsiones cognitivas.

De una manera especial, ha de conocerse cuál es el grado de madurez e inmadurez de sus miembros. Frecuentemente, la inmadurez del padre o de la madre, autocentrados y autorreferenciales, autovictimados y huyendo de sus problemas, son una de las principales causas de problemas familiares y matrimonial.

les son sus necesidades profundas, que responden a sus ideales más hondos, a sus aspiraciones más trascendentales.

Son los objetivos de segundo nivel, entre los que se pueden encontrar lograr una vida comunitaria plena, tener una vida con sentido, madurar como personas y como pareja, descubrir o realizar la propia vocación o llamada, como lograr la plenitud personal, de pareja, familiar...

Hacen falta preguntas no directivas en el primer caso, directivas en el segundo (socráticas). Se pregunta por los objetivos, por el lugar a donde se quiere llegar, se define la visión. Tener un ‘para qué’ moviliza su logro, tener un objetivo moviliza la voluntad. Dependen de nuestras creencias y valores.

Dado que el objetivo de segundo grado radical es la plenitud personal y comunitaria (que pasa por vivir una vida con sentido), de lo que se trata es de descubrir el sentido de la propia vida.

Desde el sentido se es capaz de reinterpretar en positivo las dificultades, de salir adelante en medio de los obstáculos.

Sin embargo, esto se puede descubrir como punto de llegada, no como punto de partida.

Algunas preguntas para descubrir la situación ideal a la que dirige la familia podrían ser: “¿Cuál sería para ti/para vosotros la situación ideal? (en tu familia/en tu trabajo/ en tu vida afectiva/en general...), ¿Cuál sería una situación con éxito? ¿Qué sentiríais? ¿Cuál sería vuestro mayor deseo? ¿Qué os gustaría que sucediese que ahora no está sucediendo? ¿En qué medida depende de cada uno?”

Una vez establecido el ideal, se plantean los objetivos que me llevan a ese ideal mediante preguntas como “¿Qué tendríais que hacer cada uno de vosotros hoy para acercaros a ese ideal? ¿Qué situaciones tienen que darse para alcanzar ideal? ¿Qué tiene que ocurrir? ¿Qué tenéis que empezar a hacer para conseguirlo?”

## 5/

### Sanación de heridas e infirmitades.

Las heridas, las infirmitades, las inmadureces, son los principales obstáculos para el cambio y el crecimiento personal y familiar. Por eso, acompañar también implica acciones sanadoras respecto del acompañado, sanación que es posible gracias a cosas tan sencillas como la palabra que le digo, la actitud que empleo o la cercanía con que le trato.Para que sea sanador, el **acompañamiento debe incluir, cuando sea necesario, momentos de consuelo, de alivio, de cuidado y apoyo**. En este sentido, la proximidad es esencial: mirada, abrazo, contacto físico, cercanía en el tono de voz...En todo caso, **quien acompaña no admitirá fatalismos ni pasividad en los miembros de la familia**. Siempre invita a querer sanar, a salir adelante, pero con paciencia y con compasión, abiertos al ritmo del acompañado.

En este proceso, urge descubrir el origen del sufrimiento, pues en muchos casos procede no de la situación objetiva sino de cómo la interpreta o la afronta el acompañado. Frecuentemente las personas creamos nuestro propio sufrimiento por lo que hace falta ensayar caminos nuevos, creativos, inéditos, quizás paradójicos, para escapar de los bucles de sufrimiento en los que me encuentro.

Esta sanación tiene varias dimensiones: la corporal, la emocional, la intelectual y la biográfica. Todas han de ser tenidas en cuenta en el acompañamiento.

Respecto de la sanación emocional destacamos, en primer lugar, la importancia de la evacuación

emocional por parte de los miembros de la familia. Alivia y ayuda mucho contar con alguien a quien descubrir y expresar lo que siente. La actitud del acompañante ha de ser la de escuchar, permitir y no juzgar lo que siente el acompañado. Por eso, en vez de decirle “Deberías animarte”, podría decir “Imagino que tiene razones para sentirse así” y, en vez de “No deberías sentirse así” diría “Debe ser muy importante y duro para usted lo que le ha sucedido para sentirse así” o “Sólo usted sabe lo que está sufriendo” o “No es fácil afrontar lo que está Vd. viviendo”. Se trata, por tanto, de dar espacio y cabida a la manifestación del otro.

Una vez conocidas las heridas emocionales las comprendemos y damos espacio. Cada uno de nosotros hemos sido heridos una y otra vez desde el comienzo de nuestra vida. La herida la produce una carencia o una agresión que nos niega algo que necesitamos y, en general, se nos niega a nosotros mismos. Pero también la puede producir el exceso de atención, la sobreprotección. Puede ser por una agresión grave puntual o por una reiteración de hechos. Nosotros esperábamos de mamá, papá, hermanos, profesores, familias, la satisfacción de ciertas necesidades y algunas no las obtuvimos. Por ello, se produce la herida. De estas heridas puede surgir la culpa neurótica o malsana: si me han herido es porque hay algo mal en mí. Los que me quieren (mis padres, mis amigos, mi familia) no son malos, luego el malo soy yo y soy el que hago mal las cosas. Otras veces, para afrontar esta culpa y estas heridas se multiplican los mecanismos de defensa: negación, racionalización, desplazamiento... La persona, exteriormente, puede parecer sólida, firme, segura, a causa de estos mecanismos de defensa que ha puesto en marcha, pero aun así, las personas mostramos estas heridas de dos maneras: por las reacciones desproporcionadas (en las que se puede de nuevo ver la herida) y en las compulsiones.

Pero, a continuación, llega el momento de desarrollar el arte de ayudarle a gestionar sus afectos mediante diversas herramientas y actitudes como promoviendo la **interpretación positiva**

de cada acontecimiento, entrenando a las personas en narrar su situación de modo positivo, desarrollando actitudes de agradecimiento, perdón y humor, saber recibir las frustraciones como oportunidades o, a veces, simplemente aprender mediante ejercicios de relajación a controlar los niveles de ansiedad.

## 6/

### Actuar y proyectar y realizar cambios.

Una vez dialogado y soñado sobre la situación ideal y de empezar a concretar algunos objetivos es el momento de ‘tocar tierra’ y, mediante preguntas poderosas, indagar con la familiar cuál es el camino concreto que van a recorrer. Es el momento de retar a la familia, llevándoles a perspectivas y puntos de vista y tareas inéditos para ellos y, muchas veces, incómodos.

Se trata de plantear un camino y de revisarlo en cada una de las sesiones siguientes, dando feedback positivo para ir aprendiendo todos. Se reflexiona sobre lo que va ocurriendo. Además del diálogo socrático se utilizan diversas técnicas: Rueda de la vida familiar, silla vacía.

**Cuatro pasos tenemos que concretar en la intervención: Con qué cuento, qué me falta; qué posibilidades tengo o puedo generar; qué proyecto vamos a implementar; qué recursos utilizaremos.** Centrémonos en el proyecto

Elaborar un proyecto es hacer un plan de acción con la familia y con cada uno de sus miembros, estableciendo caminos para llegar a las metas u objetivos. Para cada objetivo habrá que especificar los indicadores de logro y actuaciones concretas a corto, medio y largo plazo. En todo caso habremos de señalar qué haremos, con quién,



cómo, cuándo y en qué plazos, con qué medios y por qué lo haremos. Por tanto, el acompañante ayudará en el discernimiento de qué caminos pueden recorrer juntos, les acompañará en la elaboración de ese proyecto de familia, velará por su realización y les ayudará a tomar decisiones. Para que el proyecto sea realizable los objetivos han de ser concretos, medibles, ambiciosos, temporalizados, compartidos por toda la familia y acordes con los propios ideales. Esto permite medir, evaluar y revisar los objetivos y los logros que llevan a esos objetivos. Esto, si son logros al alcance de la pareja o la familia, fomentan una buena autoimagen, la autoestima y la percepción de autoeficacia. Los objetivos han de concretarse en logros y acciones que se perciban como retos, para que motiven. Pero han de ser alcanzables para promover la autoeficacia. Se trata de diseñar paso por paso lo que hay que hacer, como hacerlo, cuando hacerlo, con qué recursos, apoyado en quién, qué hacer cuando lleguen las dificultades y por qué hacerlo, para llegar a la meta para luego revisar los avances hechos o logros.

En algunos casos, habrá que optar entre varias alternativas. Para ello habrá que enseñar a **discernir y deliberar, esto es, sopesar alternativas, con las razones a favor y en contra, teniendo en cuenta sus consecuencias a corto y largo plazo de cada una de las opciones**. Todo este esfuerzo de concretar ha de ser hecho por la familia o por el matrimonio, a partir de su propia realidad, de sus propios ideales, de sus propios objetivos y de sus propias posibilidades.

## 7/

### Se Ofrecen Recursos.

En el transcurso de las sesiones de acompañamiento a una familia o un matrimonio se pueden detectar determinadas carencias.

O, también, se puede descubrir que para realizar el proyecto que se han propuesto, necesitan ciertos recursos que no tiene adquiridos. Es el momento de dedicar algunas sesiones a ofrecer esos recursos.

Así, se tendrán en ciertas ocasiones sesiones formativas específicas para trabajar competencias, habilidades sociales, parentalidad adecuada, mejora de la comunicación, resolución de conflictos, de encuentro, establecimiento de normas y reglas, aprender a dar feed back, formación del carácter, resolución de problemas, etc.

Saliendo de la zona de confort, ha de tomar conciencia y discernir de qué cambios va a introducir y de la importancia de los cambios, pues nadie cambiar si no ve la importancia de hacerlo. El acompañamiento no sólo es preguntar, escuchar y comprender. También es impulsar, proponer, ayudar y alentar.

## 8/

### Actuar.

Donde cristaliza y se verifica la validez de la intervención es en la acción. Si no hay acción y modificación de la acción, no tiene ninguna validez el proceso de acompañamiento. A través de la acción, de introducir pequeños cambios, nuevas experiencias, es como la familia y cada uno de sus miembros dan pequeños pasos hacia sus ideales. Esta experiencia es básica para que haya sensación de eficacia, de mejora. Pero para ello hace falta el compromiso sostenido. Sin compromiso no hay acción, sin acción no hay nuevas experiencias y sin nuevas experiencias no hay cambio.

Toda mejora de vida, de relaciones, todo afrontamiento de problemas, todo control emocional, se lleva a cabo mediante acciones concretas,

sencillas, que apuntan al objetivo. Quien quiere hacer grandes gestas ha de realizar pequeños gestos, y quien quiera ir muy lejos debe comenzar por dar un primer paso.

Este es, pues, el momento culminante al que hay que invitar insistentemente (y hacer que descubran su importancia) a cada miembro de la familia: a dejar el discurso sobre la vida para dar lugar al curso de la vida. Y esto es a través de acciones, de pequeñas metas, de pasos concretos.

Acompañar, en fin, es acompañar desde la experiencia y para la experiencia. Es acompañar para la acción, pues es en la acción donde la persona se realiza. Por eso, en cada encuentro, siempre se revisará la realización de las acciones previstas en la sesión anterior mediante preguntas como:

- ¿Cómo os ha ido con lo que acordamos?
- ¿Qué os ayudó a conseguirlo?
- ¿Qué obstáculos encontrasteis?
- ¿Qué habéis aprendido?
- ¿Qué haréis de modo distinto la siguiente vez?

Para plantear bien estas acciones concretas, se han de hacer preguntas a todos los miembros de la familia, para que todos intervengan. También se puede preguntar a los demás por la aportación de uno.

Al revisar las acciones es el momento de dar feed back positivo y alabar todo logro conseguido, por pequeño y parcial que sea, de obtener conclusiones y conocimientos a partir de lo experimentado (con éxito o sin éxito).

Todo es fuente de conocimiento: los logros, los fracasos, las resistencias... Y, sobre todo, es el momento de darles ánimo y mostrar la confianza en ellos (explicándoles, a partir de sus fortalezas por qué creemos sinceramente que confiamos en ellos y en que conseguirán sus logros).

Acompañar es acompañar desde la experiencia y para la experiencia.  
Es acompañar para la acción

## 9/

### Conclusión.

Si el presente artículo tiene el efecto de aclarar caminos para el acompañamiento familiar y persuadir de la necesidad de una preparación adecuada y acompañada por quien tiene experiencia en el arte de acompañar habría cumplido con el cometido para el que ha sido escrito.

#### Bibliografía

Domínguez Prieto, X.M.  
*El arte de acompañar*.  
Ed. PPC, Madrid, 2017.

Domínguez Prieto, X.M.  
*Psicología de la persona*.  
Ed. Palabra, Madrid, 2011.

Domínguez Prieto, X.M.  
*Antropología de la familia*.  
BAC, Madrid, 2007.

[www.institutodafamilia.es](http://www.institutodafamilia.es)