

El Diario Internacional para los Profesionales de Apoyo Directo

El Acto Bondadoso: Un Reto para los Profesionales de Apoyo Directo

Escrito por:
Dave Hingsburger

La bondad probablemente no es lo que usted cree.

No es un atributo o característica de una persona. Cuando se dice que alguien es una 'persona bondadosa,' puede que lo tome como un cumplido. Pero no lo es. Porque reduce la bondad al resultado de un aspecto inherente con el que se nace. Y no es cierto. Ni remotamente.

La bondad a menudo es un atributo dado a aquellos de nosotros que trabajamos con gente con una Discapacidad Intelectual. Automáticamente, solo porque nos pagan por 'cuidar,' la gente asume que nos interesa, y que por eso somos bondadosos. Pero entonces, cualquiera que haya ido a un hospital sabe que es diferente interesarse y que le paguen por hacerlo. Nos estamos alejando de la palabra 'cuidar' en referencia a nuestro trabajo, el término preferido ahora es 'Profesional de Apoyo Directo' y de hecho es más preciso al describir lo que hacemos. Damos apoyo. Es todo lo que podemos prometer, pero 'cuidar,' que es una combinación de las expectativas del trabajo y la bondad con la que se hace... es algo que ninguna agencia puede prometer.

Editores: Dave Hingsburger, M.Ed.
Angie Nethercott, M.A., RP



Hands | Mains

TheFamilyHelpNetwork.ca
LeReseaudaideauxfamilles.ca

En servicios humanos a veces nos sacamos del atolladero introspectivo, "No tengo que vigilar mis motivos y razones, mis movimientos y métodos porque – mire la descripción de mi trabajo – ayudo a la gente." De hecho, ayudamos a la gente, ¿pero eso nos hace bondadosos? En una palabra, "¡NO!" También hace más difícil ser francos con nosotros mismos sobre lo que hacemos porque la gente nos dice lo asombrosos que somos como personas, que tan sorprendentes son nuestros corazones, solo porque trabajamos con gente con Discapacidades Intelectuales. Es fácil creer en nuestra 'bondad' cuando todos están convencidos de ella. Es cómodo estar sentado en un lugar fácil, satisfechos – por qué interrumpir eso con autorreflexión y escrutinio constante. ¿Somos quienes decimos ser? ¿Somos quienes otros dicen que somos?



¿Somos bondadosos?

O para ser más exactos: ¿Elegimos actuar con bondad?

La bondad es una decisión.

La bondad es una acción.

La bondad siempre es intencional.

La bondad es lo que hace, no quién es.

Por esto, la bondad es ardua. Ser bondadoso todo el día en respuesta a aquellos a su alrededor, en cualquier situación en la que esté es DÍFICIL. Somos más propensos al enojo y la frustración que a la bondad. Además, somos aun más propensos a juzgar y criticar. Ser bondadoso es actuar en contra de caminos emocionales fáciles, que nos alejan de nuestra buena naturaleza y de nuestra compasión por nuestros prójimos. Es más fácil compartir el espacio con nuestros prejuicios implícitos que con la bondad compasiva.

Así que empecemos con una serie de admisiones.

No siempre somos bondadosos.

No siempre estamos listos para hacer el trabajo de ser bondadosos.

No siempre estamos preparados para admitir como es nuestro comportamiento.

Eso va para todos nosotros.

Para aquellos que piensan, 'De qué habla, siempre soy bondadoso' ... piense otra vez. Piense en su respuesta a sus hijos que se portaron mal, a su pareja que pide su atención cuando está ocupado, a sus amigos que lo decepcionan, a sus colegas de trabajo que holgazanean o le dejan el trabajo a usted. Ahora dígame que siempre, en cualquier circunstancia, es bondadoso.

Esto sonará a que ser bondadoso son conductas para ser un tapete, alguien fácil de pisotear, fácil de menospreciar. Hay una diferencia entre bondad y complacencia. Es posible defender sus creencias, y decir lo que se piensa, y demandar ser escuchado, y ser bondadoso al mismo tiempo. A veces hay confusión entre ser dócil y bondadoso que no se debe permitir. Para ser una persona bondadosa, también se debe ser una persona capaz de hacerse valer en servicio de otros o en servicio propio.

Lo que No es Bondad

Dar para Recibir

Pregúntele a cualquier persona con discapacidad, y le contará historias de ‘bondad’ impuesta en ellos sin su permiso o incluso sin que lo necesiten.

Esta ‘bondad’ es performativa. Es hacer algo por otro para obtener reconocimiento de terceros, o para sentirse bien consigo mismos. Los actos bondadosos nunca se hacen para ganar algo, material o no. Es duro porque, si usa principios de conducta simples, la bondad realizada por reconocimiento de uno mismo u otros es reafirmante. Ayudo a este hombre en silla de ruedas y a la gente le parezco servicial y bondadoso. Más profundamente, ayudo a esta mujer con caminadora y de momento dejo de sentirme inútil (o triste o en duelo o cualquier otra emoción) – me siento bien conmigo mismo. Así que la conducta puede ser reafirmada positiva y negativamente.

Hacer Su Vida Más Fácil

“Ya, déjame ayudarte.” Ver a un profesor, padre o personal arrodillarse al final del día para ayudar a una persona con discapacidad a atar su zapato es ver a alguien actuando bondadosamente, ¿verdad? Bueno, tal vez, pero tal vez no. Tal vez lo que pasa es que alguien está ayudando, fingiendo su bondad, para hacerlo y poder seguir con el día. Tal vez ser bondadoso sería dejar que la persona se esfuerce para acabar. Tal vez la bondad sea darle espacio a la persona para que crezca. Tal vez ser bondadoso es no hacer nada. Es una bondad dura de ver, y a veces se interpreta como insensible o que no le importa. Pero, puede que no vea el esfuerzo enorme de combatir el impulso de ayudar, de interferir.

Nada

Una mujer con discapacidad publica en Facebook su experiencia como empleada potencial siendo descartada durante una entrevista de trabajo. Dice que sabía, desde el momento que entró por la puerta, que no conseguiría el trabajo. El director de Recursos Humanos cerró una carpeta cuando entró, y su entrevista duró pocos minutos cuando todos los otros candidatos duraron casi media hora. Escribe sobre las tasas de desempleo de la gente con discapacidades. Escribe sobre pobreza. Es una publicación impactante.

Borro la publicación unas horas después porque la enojó lo que llamó ‘la bondad de nada.’ La gente respondió, mucha, mucha gente. La mayoría enviando ‘abrazos virtuales’ o ‘bendiciones y buenos pensamientos’ o emojis de ‘cara triste.’ Sabía que cada persona que respondió pensaba que estaba actuando con bondad. Pero, “No me mandaron nada. NADA.” Cuando le pregunté que quería, ni siquiera lo pensó un segundo. “Acción,” dijo.

Quería que la gente hiciera algo. Prometer hablar con sus propios departamentos de recursos humanos y preguntar por las condiciones para contratar gente con discapacidades. “Si no hay gente con discapacidades donde trabajas, hay

discriminación,” dijo. Otra cosa que quería era que la gente prometiera escribirles a sus líderes políticos sobre las pólizas sobre trabajo para gente con discapacidad.

“No espero que arreglen el problema, pero quería que alguien dijera que haría algo.” Intenciones y rezos, aun cuando se ofrecen de buena manera, no son nada. Las palabras son vacías cuando no se conectan con acciones.

Obstáculos Para la Bondad para los Profesionales de Apoyo Directo

- 1) Jerarquía y Poder: Cuando tiene poder sobre otro ser humano, lentamente, con el tiempo, sus sentimientos empiezan a valer menos que los suyos, sus opiniones no parecen necesarias para el proceso de sus vidas, sus deseos van detrás de los suyos. El poder es adictivo y puede llevar a conductas corrosivas. Esté alerta, es necesario siempre recordar su poder y privilegio para autorregular en quien se convierte y que hace como resultado.
- 2) Devolución: Terry Pratchett, un escritor brillante con una visión clara del estado de ser humano dijo: “El mal comienza cuando empieza a tratar a la gente como objetos. Este es el peligro que enfrentamos al trabajar con minorías que son devaluados por la sociedad. Aquellos que limpian los traseros de *la gente* que sirven son muy diferentes de aquellos que limpian el trasero de *los cuerpos* que sirven. Es más fácil objetivar a una persona de lo que imagina. Que la palabra ‘objetivar’ existe ya es escabroso.”

Entonces Qué es la Bondad y Cómo se Ve para los Profesionales de Apoyo Directo

Ya que el acto de ayudar no es necesariamente un acto de bondad, ¿qué es bondad cuando ayudar es nuestro trabajo?

- 1) La bondad es intencional: La bondad toma trabajo. Mucho trabajo. Significa estar alerta todo el día y todos los días de su poder, y de la humanidad de la gente que sirve. Significa hacer miles de decisiones cada día sobre como actuar y reaccionar, y pensar y procesar, y afectará el tono que usa, las palabras que escoge, la fuerza de su agarre, y la posición de sus hombros. Es posible escoger la bondad aun estando furioso o exasperado. La bondad no significa convertirse en una máquina super humana de amabilidad – eso no es posible o deseable. Significa que, por ejemplo, al hablar con rabia con un colega, decide que palabras usar o no – palabras racistas, sexistas, homófobas o sobre el peso que humillan no tienen lugar en su discurso, incluso si está enojado. Puede decidir que su enojo siempre esté enfocado en el problema no en la persona. Cuando esta molesto, probablemente es por una situación, no por la gente involucrada, céntrese en lo que le molesta. Insultar con nombres y humillar no es lo que hacen las personas bondadosas. Por eso decidir ser bondadoso todo el día es agotador, significa muchas cosas, pero una de ellas es gobernar nuestras bocas, maneras y disposición. Vaya.

- 2) La Bondad Involucra Permiso y Participación: La necesidad de ayudar y la necesidad de ayuda son cosas diferentes. Al subir una colina, personas en sillas de ruedas pueden necesitar que el personal camine tras ellos para evitar que la gente los ayude. Puede que quieran hacerlo solos; que solo quieran sentir la emoción de hacerlo por sí mismos. La gente viendo esta lucha puede verlo como un grito de ayuda, aunque no lo sea. Hay personal que reporta que hay gente que piensa que son horribles porque no “ayudan” cuando si lo hacen. La bondad nunca viola la regla del permiso. Si la persona no quiere ayuda, es mejor crear un sitio y lugar para que lo hagan solos. O si el individuo no quiere cierto tipo de ayuda, qué tipo le gustaría. Puede que rechacen su mano, pero acepten gestos o instrucciones. Para los que trabajan con gente con discapacidades significativas que no se comunican tradicionalmente, el permiso o participación importa. Si va a colocarle un abrigo a alguien, póngase a su nivel, y dígame que va a hacer, “Voy a ponerte el abrigo.” Puede que no sea capaz de darle permiso de forma obvia, pero puede ser obvio con su intención. Hablar con la persona primero significa que la está tratando como tal, no como un objeto a vestir, sino un persona involucrada e informada.
- 3) La bondad es profunda: ¿Alguna vez lo ha tratado alguien que ‘actúa’ con bondad – ya sabe – alguien cuya bondad es superficial, frívola e insincera? Se siente horrible ser el receptor de esa interacción. Se siente condescendiente y menospreciante. Esa es la clave – La bondad nunca menosprecia a otro. Al hacer lo que hago, te desarrollo, te apoyo, no te destruyo, no te hago menos. Repito, por eso la bondad es tanto trabajo, es una decisión intencional de buscar en lo más profundo de uno mismo y tomar las mejores herramientas del corazón que hay ahí. La compasión es una herramienta. El entendimiento es una herramienta. La gentileza es una herramienta. Cuando se usan estas, tomadas de lo más profundo de usted, puede descansar sabiendo que lo que está haciendo beneficiará a todos, incluso a usted mismo.
- 4) La Bondad Escucha: Todos se comunican. Algunos con palabras. Algunos con acciones. Algunos con hombros. La bondad requiere estar dispuesto a escuchar, lo que requiere la creación de tiempo y espacio, que a su vez requiere que se pongan prioridades centradas en la persona. Lo llaman escucha activa porque escuchar no es pasivo, es comprometerse. Los ojos son tan importantes como los oídos al escuchar. El corazón es tan importante como la mente al escuchar otra voz. Escuchar implica dejar sus opiniones de lado, significa tirar todas sus preconcepciones e ideas tan lejos como para crear un espacio en su mente para escuchar, solo escuchar, lo que alguien le comunica. Escuchar significa pasarle el liderazgo y poder a otro, e implica que estamos dispuestos a seguir y pasar del poder.

Resumen y Un Reto:

Algunos de ustedes habrán encontrado este artículo ofensivo. Una de las personas que lo leyó antes dijo, “No estoy de acuerdo, creo que soy bondadoso.” Bueno, discrepar está bien. Pero creo que todos estamos de acuerdo en que la bondad mejora el mundo,

y las relaciones, y la salud mental. Creo que nos beneficiamos desde nuestro centro al ser bondadosos.

Así que aquí está el reto, en noviembre 13 el mundo celebra la bondad. Es el “Día Mundial de la Bondad.” El reto es tomar ese día para intencionalmente actuar con bondad, todo el día, en cada situación, humor e interacción. Tome todo el día para trabajar de verdad su músculo de la bondad (al ser una acción, algo que hacemos, todos tenemos músculo de la bondad).

Todo el día.

Vea si hace una diferencia. Además, si encuentra una diferencia o descubre algo interesante sobre usted u otros a su alrededor por este experimento, escribanos a la revista. Nos encantaría oír de usted.

Sobre el autor

Dave Hingsburger, M.Ed, es el Director de Servicios Clínicos y Educativos en Servicios de Vida Comunitaria Vita. Dave conferencia internacionalmente y ha publicado varios libros y artículos referentes a discapacidad. Da entrenamiento a personal, padres y gente con discapacidades sobre sexualidad, prevención del abuso, autoestima, y acercamientos comportamentales. Ha desarrollado la ‘Terapia Informada de Discapacidad’ como parte de su trabajo para crear un sitio seguro donde la gente con discapacidad viva y trabaje.

A Preguntas y Respuestas Frecuentes (FAQ) sobre este diario

1. Este periódico está destinado a ser ampliamente distribuido; usted no necesita permiso para compartirlo. Si por el contrario usted necesitara permiso para publicarlo en un boletín de noticias o revista u otro medio.
2. Para suscribirse a este diario, usted se puede enviar un correo electrónico a la siguiente dirección: dhingsburger@vitacls.org *Suscripción gratuita
3. Estamos actualmente aceptando contribuciones para ser publicadas en este diario. Envíe sus propuestas por correo electrónico a dhingsburger@vitacls.org o anethercott@handstfhn.ca
4. Cualquier comentario o sugerencia sobre los artículos publicados en este diario será bienvenido.

