

# TÉCNICAS DE ESCUCHA RESPONSABLE



# TÉCNICAS DE ESCUCHA RESPONSABLE

*Serie*  
**Cuadernos de Salud Mental No. 1**  
Guatemala, septiembre 1998



# CONTENIDO

## Serie

Una producción  
4a. Calle 21-61  
Tel: 363-5270,

Primera Edición

Diseño y dibujos  
Edición  
Impresión  
Tiraje

Esta publicación  
Mental y los

El contenido de

Guatemala,

©

## CUADERNOS DE SALUD MENTAL, No. 1

del Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial -ECAP-  
Interior "C", Zona 14, Ciudad de Guatemala  
Fax:363-5403 Email: [ecap@ouatc.met](mailto:ecap@ouatc.met)

1,998

:Gerardo Tudurí  
Volford  
, Artes y Sistemas (Tel. 2565-00-54)  
ción consta de 1,000 *ejemplares*

se realizó con el apoyo de la Fundación Ignacio Martín Baró para la Salud  
Derechos Humanos / Funding Exchange

esta publicación *puede ser* usado indicando la fuente.

*septiembre de 1998*



INTRODUCCIÓN	1
EL ESCUCHA RESPONSABLE	2
¿QUÉ OBJETIVOS BUSCA?	3
¿QUE HACER PARA QUE UNA PERSONA SE DESAHOQUE ?	4
ACTITUDES POSITIVAS	5
ACTITUDES NEGATIVAS	6
BIBLIOGRAFÍA	7

# INTRODUCCION



La técnica psicológica de "El Escucha Responsable" tiene un alto valor terapéutico, ya que permite que una persona, de manera práctica y sencilla, comunique a través de la palabra una experiencia difícil que le ha provocado un daño emocional que no ha podido enfrentar y resolver adecuadamente.

Esta técnica implica el uso de otras que la complementan, dirigidas a las personas y sus grupos de pertenencia.

Sería bueno que luego de obtener los testimonios (primera etapa de la reparación sicosocial) se acompañe a las personas o grupos de autoayuda o apoyo individual.

# EL ESCUCHA RESPONSABLE

Esto no es complicado, con una buena orientación y conocimiento de la técnica. Por el contrario, puede convertirse en un valioso instrumento que ayude a las personas que estén viviendo conflictos emocionales por situaciones de violencia (amenazas a su vida o la

de sus familias, destrucción de su hogar, comunidad, etc.).

Esta técnica puede ayudar a elaborar esas situaciones traumáticas.

CON ESTA TÉCNICA, EL ESCUCHA RESPONSABLE AYUDARA A OTRA PERSONA A SUPERAR LOS EFECTOS PRODUCIDOS POR UNA EXPERIENCIA TRAUMÁTICA.

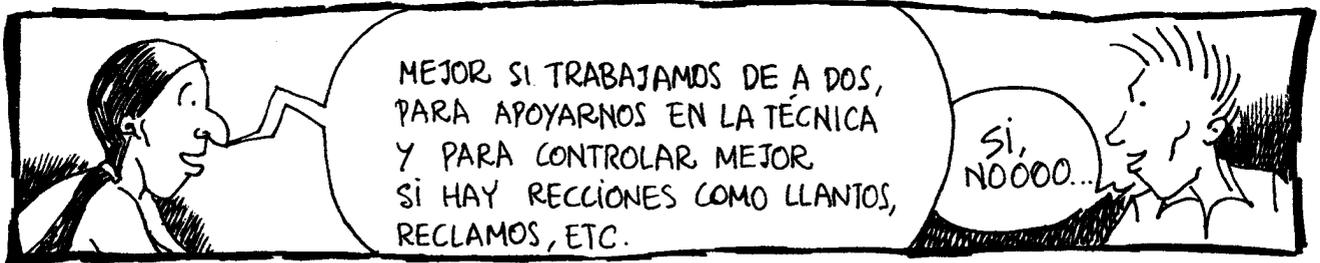


# ¿QUE' OBJETIVOS BUSCA!?

- QUE LA PERSONA SE DESAHOGUE Y ALIVIE.
- QUE COMIENZE A LIBERARSE DE LAS TENSIONES ACUMULADAS QUE LE HAN MOLESTADO.
- QUE ACEPTÉ, DE MANERA OBJETIVA, LO QUE LE PASÓ.
- QUE LLEGUE A ELABORAR Y A COMPRENDER EL SIGNIFICADO DE SUS EXPERIENCIAS DOLOROSAS.
- QUE SUS VIVENCIAS DEJEN DE AFECTARLE DE MANERA RÍGIDA O EXESIVA Y SE CONVIERTAN LENTAMENTE EN UN RECUERDO CON EL QUE PUEDA SEGUIR VIVIENDO.
- QUE AL HACER ESTE PROCESO DE REPARACIÓN PUEDA CONSTRUIR UN NUEVO PROYECTO DE VIDA.
- QUE TODO LO QUE SE MANTUVO EN EL ESPACIO PRIVADO DE LA PERSONA SE SOCIALICE.
- QUE LA INFORMACIÓN (SI LA PERSONA QUIERE) SEA UTILIZADA COMO DENUNCIA PARA EVITAR QUE ESTOS HECHOS DE VIOLENCIA SE REPITAN.



# ¡QUÉ HACER PARA QUE UNA PERSONA SE DESAHOGUE!



SE DEBE:



Conocer bien la realidad de la persona o el grupo con el que se hará la entrevista.



Observar muy bien el lugar y entorno donde se hará.



Pensar en todo lo que se puede hacer para ayudar al desahogo.



Actuar con firmeza y transmitir una imagen de apoyo.

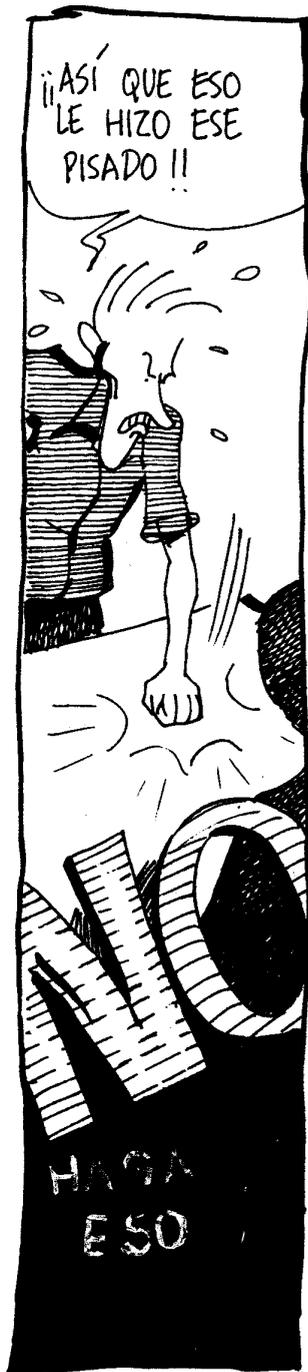
# ACTITUDES POSITIVAS DEL ESCUCHA RESPONSABLE

- Debemos mostrar interés con nuestra postura corporal, expresión de la cara, voz agradable, mirada atenta.
- Las preguntas deben ser precisas y claras, con indicaciones que ayuden al testigo a expresarse.
- Mostrar agrado y gusto por escucharle.
- Mostrar respeto por la persona sin importar lo que crea o piense. Todo lo que tiene que decirnos es digno de respeto.
- Mostrar confianza en su capacidad para superar sus experiencias dolorosas.
- Mostrar aprecio, valorando su decisión de compartir su testimonio.
- Asegurar que la persona se convenga de que hizo lo mejor que pudo. (combatir su culpa).
- Mantener contacto visual y físico, ofreciéndole la mano, un gesto, un abrazo.
- Ser solidario pero cuidando de no involucrarse emocionalmente.

TAMPOCO ES TAN DIFÍCIL. MAS QUE NADA SE TRATA DE PONER CUIDADO...

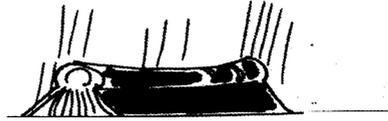
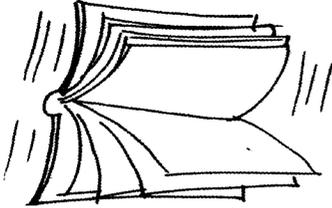
¡PUCHIS!  
NO PARECE TAN FÁCIL...

# ACTITUDES NEGATIVAS DEL ESCUCHA RESPONSABLE



- Interrumpir al entrevistado cuando ocurra algo inesperado (llanto, temblor, rabieta, bostezos, etc.)
- Decirle ("no lllore, hombre", "no se enoje por eso", "¿está cansado?", etc.)
- aconsejar, dar soluciones.
- Interpretar, ("lo que a usted le pasa es...")
- Analizar, intelectualizar, juzgar, criticar, dar nuestra opinión.
- Hacerle razonar ("no se da cuenta que...")
- Darle o no la razón.
- Mostrarle lástima o desprecio, restarle importancia a sus experiencias y a sus temores, ("no se preocupe por eso", "no tenga pena", "eso no es nada"...)
- Contarle cosas parecidas que le han ocurrido.
- Afectarnos por la impresión que nos causa lo que nos cuenta.
- Contarle a otras personas lo que nos cuenta el entrevistado.
- Asumir actitudes paternalistas... ("yo lo resuelvo", "tengo amigos que lo pueden hacer"...)





## LIBROS PARA INFORMARSE SOBRE EL TEMA

1. Becker, David; Germán Morales y María Inés Aguilar (Editores) TRAUMA PSICOSOCIAL Y ADOLESCENTES LATINOAMERICANOS: FORMAS DE ACCION GRUPAL. 5.e, Instituto Latinoamericano de Salud Mental y Derechos Humanos – ILAS-/Ediciones ChileAmérica CESOC. Chile, 1994.
2. Beristain, Carlos Martín y Francesc Riera AFIRMACION Y RESISTENCIA: LA COMUNIDAD COMO APOYO, 2a. ed. Virus Editorial. España, 1993.
3. Comité de Defensa de los Derechos del Pueblo -CODEPU- PERSONA, ESTADO. PODER, ESTUDIOS SOBRE SALUD MENTAL. CHILE 1973-1989. 1a. ed CODEPU/DITT. Chile, 1989.
4. Kordon, Diana; Lucila Edeliman; et.al. LA IMPUNIDAD: UNA PERSPECTIVA PSICOSOCIAL y CLINICA, s.e. Editorial Sudamericana. Argentina, 1995.
5. LagoS, Darío y Daniel Kersner EMERGENCIAS SOCIALES y SITUACION TRAUMATICA, Equipo Argentino de Trabajo e Investigación Psicosocial -EATIK Conferencia en el III Seminario Centroamericano sobre Tratamiento a Víctimas de la Violencia Organizada. San Salvador, 1995.
6. Martín Baró, Ignacio (Coord) PSICOLOGIA SOCIAL DE LA GUERRA: TRAUMA y TERAPIA, 2a. ed UCA Editores. El Salvador, 1992.
7. Ministerio de Salud Nicaragua MANUAL DE SALUD MENTAL (GUIA BASICA PARA ATENCION PRIMARIA). s.e. Ministerio de Salud Nicaragua, 1986,
8. Riquelme U., Horacio (Editor) ERA DE NIEBLAS. DERECHOS HUMANOS, TERRORISMO DE ESTADO Y SALUD PSICOSOCIAL EN AMERICA LATINA, 1a. ed. Editorial Nueva Sociedad Venezuela, 1990.
9. San Juan Guillén, César (Coord) INTERVENCION PSICOSOCIAL. 1a. ed. Editorial Anthropos/ Ediciones Uniandes. Colombia, 1996.
10. Ugalde, Antonio y Anthony Zwi (Compiladores) VIOLENCIA POLITICA Y SALUD EN AMERICA LATINA, 1a. ed, Editorial Nueva imagen. México, 1994.
11. Varios Autores DERECHOS HUMANOS: TODO ES SEGUN EL DOLOR CON QUE SE MIRA, s.e. Instituto Latinoamericano de Salud Mental y Derechos Humanos -ILAS-. Chile, 1989.
12. Varios Autores DERECHOS HUMANOS, SALUD MENTAL, ATENCION PRIMARIA: DESAFIO REGIONAL, II Seminario







4a. Calle 21-61 Interior "C" zona 14, Ciudad de Guatemala  
5a. Avenida 1-61 zona 2 Rabinal, Baja Verapaz. Guatemala C.A.  
Tel: (502) 363-5270 Fax: (502)\_363-5403  
Email: [ecap@guate.net](mailto:ecap@guate.net)