



*Proyecto Hombre Las Palmas,  
Programa Garoé, calle Verdi nº 11,  
Las Palmas de Gran Canaria.  
garoe\_gc@hotmail.com*

# CONVIVENCIAS DE FAMILIAS Y DE PAREJAS

## PROGRAMA EN EL QUE SE DESARROLLA LA ACCIÓN PROPUESTA:

El Programa “Garoé” es un programa ambulatorio, destinado a personas con cierta responsabilidad laboral, familiar y/o social y cuya desvinculación de estos ámbitos no se considera conveniente para el proceso terapéutico. Es más, se utiliza el ambiente familiar y laboral como reforzadores del cambio de conductas y actitudes. De esta forma, y desde el principio, los usuarios pueden simultanear la dedicación a “Garoé” con el desarrollo de otras áreas como la laboral o la concerniente a estudios, generando una mayor autorresponsabilización y conciencia de su realidad particular.

Uno de los criterios para la admisión en Garoé es que los usuarios tengan una estructura personal, es decir, que hayan conseguido mantener unos mínimos de responsabilidad que les ha impedido un alto grado de deterioro.

Son mayores de 21 años y el consumo fundamental es cocaína y alcohol. El apoyo familiar en el proceso terapéutico con un compromiso explícito por su parte son fundamentales. Por este motivo, consideramos que las convivencias, tanto la de parejas no consumidoras de nuestros usuarios, como las de familias, son una herramienta muy útil tal y como enfocamos el trabajo en este programa.

La estructura del programa está dividida en tres fases:

- ALFA: se trabaja la responsabilidad, la honestidad, la motivación y el acercamiento familiar. La duración aproximada es de seis meses.
- BETA: conocimiento del funcionamiento personal y familiar, puesta en práctica de la responsabilidad. La duración aproximada es de seis meses.
- OMEGA: ajuste de los cambios y despedida del programa. La duración aproximada es de ocho meses.

## ¿A QUÉ DEMANDA RESPONDEMOS?

Las convivencias de cohesión grupal para familias, que llevamos a cabo en etapas iniciales del tratamiento, responden a necesidades concretas detectadas en el trabajo con las familias recién llegadas. Detectamos dificultades en cuanto a:

- Falta de participación, ausencia de cuestionamiento y, en general, implicación.
- Poca conciencia de formar parte de un grupo.
- Confusión respecto al papel que se tiene dentro del grupo como familia.

Todas estas circunstancias generaban una falta importante de fluidez en los grupos, escasa comunicación, no ser sinceros en referencia al proceso de los usuarios, falta de confianza, poca implicación, falta de identificación con el otro, escaso sentido de pertenencia a un grupo, falta de autorresponsabilización delegando en los terapeutas...

Las convivencias para parejas no consumidoras de los usuarios surgen de la demanda directa por parte de éstas de un trabajo personal más específico para ellas. Dado que hay un número importante de usuarios que llegan con el acompañamiento de sus parejas, planteamos esta actividad encaminada a cerrar problemas pasados y decidir qué tipo de relación quieren tener en este momento.

## ¿QUÉ QUEREMOS CONSEGUIR?

Con las convivencias de cohesión grupal queremos realizar un trabajo específico con las familias que favorezca tanto la implicación de la familia en el proceso del usuario como el proceso mismo de la familia como sistema. A partir de esta experiencia, el grupo constituido por las diversas familias que la van realizando, adquiere un nivel de confianza y comunicación entre sí que facilita en gran medida el trabajo posterior semanal que realizan. Los objetivos de la convivencia son:

- Potenciar la cohesión grupal.
- Propiciar una comunicación clara y escucha activa.
- Propiciar la confianza en el grupo.

Los objetivos de las convivencias de las parejas de los usuarios son:

- El abordaje del mundo afectivo en la relación de pareja.
- Normalización de las vivencias al hablar de conflictos.
- Abordar situaciones conflictivas vividas y derivar posteriormente, si es necesario, a recursos especializados.
- Desmitificar las creencias erróneas sexuales.

## DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA:

Las convivencias de cohesión familiar se realizan durante un día completo, de 08:00 a 20:00, en un lugar externo al Centro. Normalmente en una casa rural, creada para encuentros como éste de crecimiento personal. La financiación de esta actividad es a cargo de los miembros que participan en ella. Utilizamos un espacio externo al Centro porque permite cumplir los objetivos de la actividad y ayuda a la desconexión de las tareas cotidianas.

**De esta forma los que la realizan pueden dedicar un tiempo tranquilo y reflexivo a ellos mismos. El trabajo del día se estructura en cinco grandes bloques:**

- 1.- Ejercicios de arraigamiento. Se realizan al inicio y facilitan ubicarse en el espacio, centrarse en el trabajo a realizar, ponerse en clave de los objetivos que venimos a conseguir, en definitiva, facilitan la toma de contacto con un trabajo terapéutico.
- 2.- Ejercicios de confianza. A través de diferentes dinámicas vamos analizando el grado de confianza con el otro y fomentándolo. Se favorece la toma de conciencia de la necesidad de que exista dicha confianza.
- 3.- Trabajos de cohesión desde el compromiso y la transparencia. Ejercicios centrados sobre todo en el conocimiento del otro, en la devolución de lo que necesito y en el compromiso personal, conmigo y con el resto del grupo.
- 4.- Motivación del grupo desde las valoraciones positivas. Hacernos conscientes de las fortalezas individuales, así como, de la repercusión de estas en la fuerza grupal, para encontrar el sentido del grupo.
- 5.- Integración de lo trabajado durante el día. Llegar a conclusiones concretas y a compromisos tanto individuales como grupales.

**Las convivencias para las parejas no consumidoras de nuestros usuarios se organizan de forma similar, aunque tienen una duración de día y medio. Se pide a las personas que van a realizarlas un trabajo previo de reflexión sobre los siguientes puntos:**

- Relatar la historia de pareja: cómo se conocieron, la boda y/o convivencia, aceptación del matrimonio por parte de la familia, nacimiento de hijos, rupturas y reconciliaciones. Vivencias agradables y desagradables.
- Sexualidad: vivencias (sentimientos y pensamientos), tabúes, relacionados con la sexualidad dentro de la pareja.
- Dificultades personales que identifico dentro de mi relación de pareja, estrategias para suplir carencias dentro de la relación de pareja.
- Valoración general de los sentimientos en la relación de pareja.

**En la convivencia en sí misma el trabajo se agrupa alrededor de los siguientes bloques temáticos:**

- 1.- Ejercicios de arraigamiento al inicio para ponerse en clave de los objetivos que venimos a conseguir.
- 2.- Trabajos de cohesión desde el compromiso y la transparencia. Ejercicios centrados sobre todo en el conocimiento del otro, en la devolución de lo que necesito y en el compromiso personal, conmigo y con el resto del grupo.
- 3.- Dinámicas destinadas a la identificación de sentimientos y emociones.
- 4.- Dinámicas destinadas a favorecer la expresión de dichos sentimientos y emociones.
- 5.- Comprensión y aceptación desde lo emocional de las consecuencias de las estrategias inadecuadas utilizadas en la relación de pareja por parte de ambos.
- 6.- Facilitar la reconciliación con uno mismo.
- 7.- Trabajo sobre sexualidad.
- 8.- Trabajo sobre la codependencia.
- 9.- Trabajo de reconciliación en la historia de pareja, destinado a plantear deseos, objetivos, expectativas, etc.
- 10.- Integración de lo trabajado, conclusiones concretas y compromisos individuales.

## DESARROLLO



### ¿CUÁLES SON NUESTROS LOGROS?

En las familias que participan en las convivencias de cohesión grupal, hay un cambio importante en poco tiempo, en cuanto a la implicación, la toma de conciencia y el sentido de pertenencia, así como en la identificación con el otro, algo que, con los grupos semanales lleva más tiempo. Estos cambios son evidentes en la dinámica del Centro, y es manifiesto el cambio de actitud y la mejora en la dinámica grupal. Valoramos que, además, fruto de estos resultados se produce una mayor continuidad en el proceso (reducción de abandonos).

Los resultados de las convivencias de parejas son observables en la mejora del acompañamiento y en el establecimiento de relaciones de pareja más sanas, que favorecen el proceso del usuario. Facilita el poder comenzar a trabajar las dificultades personales en la relación de pareja, la rabia acumulada, el rencor... etc. En este espacio, dedicado a ellos/as mismas y no directamente al usuario como tal, se consiguen objetivos como la toma de conciencia del rol que se desempeña en la pareja, así como la ruptura de dependencias y una mayor autonomía.

### ¿QUÉ ASPECTOS ÉTICOS Y/O VALORES DESTACAMOS?

Desde las primeras entrevistas, se informa tanto a las familias como a las parejas de los usuarios, de la peculiaridad del programa, en cuanto a la implicación en el mismo. A su vez, el compromiso de participación queda acordado con el contrato terapéutico que firman tanto el usuario como la familia, antes de entrar al programa. En el mismo se recoge el compromiso de participación en estas actividades así como otras que se realizan durante el proceso.

### NUESTRA “APORTACIÓN SINGULAR”:

Nos parece importante e innovador facilitar tiempos y espacios en los que tanto las familias como las parejas no consumidoras de los usuarios, dediquen un tiempo a ellos/as y no a la persona a la que acompañan: en estos momentos “ellos son los protagonistas”. En este sentido, aportamos el convencimiento de que trabajar con el sistema familiar en cuestiones propias, y no siempre en referencia a la problemática de consumo del usuario, posibilita que el entorno más próximo a éste, familia y pareja, se vaya “saneando”, y sea a medio plazo un referente más sólido y saludable que no reproduzca relaciones distorsionadas.

