



COMPARTE TU RED

**NO DEJES QUE SE QUEDEN
FUERA DE COBERTURA**



Campaña de personas sin hogar. 29 de octubre de 2023.

ORGANIZA



Cáritas

COLABORA




PLATAFORMA POR LA INCLUSIÓN RESIDENCIAL Y A FAVOR DE LAS PERSONAS SIN HOGAR



FINANCIA



GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENCIA 2030

✓ POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Claves para la visibilización de las personas sin hogar

Claves en la relación

Cuando comenzamos a relacionarnos con alguna persona que está en situación de calle, tratamos de poner en práctica una actitud de VER (más que de actuar), de estar atentos ante lo que acontece, de conocer poco a poco (y que nos conozca) a ese ser humano y su entorno más inmediato. Tratamos de DAR IDENTIDAD, de resaltarle sobre el fondo de la ciudad, de poner voz, a esa persona..

Así, en los primeros contactos centrémonos en VER y DAR IDENTIDAD:

Dejándonos ver por la persona, paseando cerca de ella, saludando siempre que la veamos, para que me reconozca, me identifique y empiece a formar parte de su entorno conocido.

Observando, **cómo se relaciona e interactúa con su entorno:** compañeras de calle, vecinas del barrio, comerciantes, etc.... Esto nos dará pistas a la hora de relacionarnos con ella.

Le llamaremos por su nombre y le recordaremos cómo nos llamamos. (Si no nos conoce todavía, podemos presentarnos de esta manera "Yo me llamo... ¿y tú?")

Nuestro trato será de igualdad. Es importante que no nos perciba como alguien superior o distante, que no le hagamos sentir inferior. No venimos a salvarle ni a sacarle de la calle, no es ninguna pobrecita ni enferma en busca de terapia.

Este documento está escrito en femenino debido a que hace referencia a la persona, sin distinguir el género.

Naturalidad. Ser cómo somos. No intentar conversar con ella con un estilo o pose con la que no me sienta cómoda. Cuanto más natural seamos en el trato, mejor nos sentiremos y esto ayudará a que fluya la relación.

Seremos cercanas y a la vez respetuosas en nuestros **primeros contactos**, como por ejemplo darle la mano en señal de saludo o despedida, tocarle el hombro, en función de la persona, etc....

La miraremos a los ojos, a la cara, buscando que se sienta acogida. Si vemos que no es capaz de sostener la mirada y nos evita, la respetaremos. Muchas veces, sienten una gran vergüenza de hablar de manera tan directa. Intentaremos que se sienta cómoda con nuestro lenguaje corporal y proximidad, depende de cada persona.

Es importante **no invadir su espacio**. Su hogar es el banco, la esquina, el coche que utilizan para refugiarse y que constantemente es transgredido. Pedir permiso siempre para acercarse y hacerlo de manera respetuosa. Ser respetuosas con sus tiempos de pedir limosna o con otros hábitos o rutinas que tengan.

Ante lo que nos cuente, tenga más o menos sentido para nosotras, mostrar **empatía y comprensión**. Sus quejas, su dolor, su rabia, su pasividad, son importantes para ella y necesarios mecanismos de defensa que tenemos que respetar y comprender.

Profundizar en sus necesidades. Creemos saber lo que necesita por lo obvio que es para nosotras (techo, abrigo, comida, medicinas, derechos civiles básicos, etc....) **pero no solemos pararnos en aquello que siente como importante y necesario.**

No poner sobre ellas nuestras expectativas. Para nosotras quizás sea intolerable que duerma a la intemperie, no poder asearse, mal comer. No comprendamos por qué no va al médico o a un hospital si es obvio que está enferma. O que no pida la prestación o la pensión que le corresponda por derecho. Tenemos que estar muy atentas para darnos cuenta de que eso es nuestro (nuestras expectativas) y que lo importante es que primero sintonicemos con las suyas.

Nuestra misión no es proporcionarles ayuda económica o en especie (alimentos, ropa, mantas...)

Entrar en esta dinámica de dador/receptor de ayuda, desvirtúa la relación y el vínculo creado. En caso de detectar una necesidad importante y urgente, desde Caritas (diocesana/parroquial o cualquier entidad de pssh cercana que conozcamos) se buscaran alternativas en los recursos públicos, o de las propias entidades, pero nunca del propio bolsillo.

Solemos relacionarnos con las personas que están en la calle de una manera unidireccional (preguntamos y escuchamos), pero a veces nos olvidamos de **hacerles partícipes también de lo nuestro**. Si queremos que nuestro intercambio sea más equilibrado, es bueno compartir algunos aspectos de nuestra vida. Esto ayudará a crear vínculo y a que se sientan menos interrogadas.

Respetando su rechazo. No siempre seremos bien recibidas (quizás porque estén alcoholizadas, por su enfermedad mental o porque tienen un mal día) Si se mostraran poco receptivas es mejor irse en ese momento y plantearse regresar en otro momento. Es importante no personalizar el rechazo en nosotras y entenderlo como una reacción defensiva o incontrolable en ocasiones.

Una vez nos hemos convertido en personas conocidas para ellas

Es el momento de **ESCUCHAR CON EL CORAZÓN Y ACEPTAR QUIÉNES SON.** ¿Cómo?

Poner en práctica la **escucha activa** centrada en la persona. Escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que está diciendo.

Prepararse interiormente para escuchar. Abrir los oídos y el corazón.

Expresar a la otra que la escuchamos con comunicación verbal (ya veo, uhmm, uh, etc.) y no verbal (contacto visual, gestos, inclinación del cuerpo, etc.).

Este documento está escrito en femenino debido a que hace referencia a la persona, sin distinguir el género.

Mostrar empatía: tratar de "meternos en su pellejo" y entender sus motivos. Es escuchar sus sentimientos y hacerle saber que "nos hacemos cargo", intentar entender lo que siente. No se trata de mostrar alegría, ni siquiera de ser simpáticas. Simplemente, que somos capaces de ponernos en su lugar. Sin embargo, no significa aceptar ni estar de acuerdo con la posición de la otra. Para demostrar esa actitud, usaremos frases como: "entiendo lo que sientes", "noto que...".

Emitiendo palabras de refuerzo o cumplidos que suponen un halago para la otra persona o transmiten que aprobamos, estamos de acuerdo o comprendemos lo que se acaba de decir. Algunos ejemplos serían: "Has sido muy valiente"; "Me gusta hablar contigo" o "Debes ser muy bueno aparcando coches". Otro tipo de frases menos directas sirven también para transmitir el interés por la conversación: "Bien", "uhmm" o "¡Estupendo!".

Compartir los silencios. Aprender a vivirlos con ellas sin necesidad de meter palabras. Acompañar, estar, no es solamente hablar o escuchar. Hay silencios que dicen mucho más que mil palabras.

Sentándonos con ella o ponerse a su misma altura. Que no nos tenga que mirar desde abajo, literalmente, en el espacio físico. No marcar distancias: Ser natural en nuestra forma de hablar. Quitarnos la idea de que estamos hablando con una persona de la calle. Estar con ellas como si fueran una persona más de nuestra vida.

Siendo constantes Nuestra presencia periódica y continuada significa que, en momentos en que la persona "toca fondo" y está dispuesta a remontar, habrá alguien que le puede aconsejar o darle un empujón. Ayudarle a contactar con servicios especializados para que pueda tener una valoración profesional, aprovechando la demanda de la persona.

Es importante **no recriminar ni juzgar su comportamiento o su aspecto**. Aunque sea obvio que bebe mucho o va muy sucia, etc...ya que genera en ellas vergüenza, rechazo y enfado. Tiene que haber un vínculo muy sólido para poder confrontar pequeños hechos. Esto sólo nos aleja de ellas.

Dedicar tiempo para conversar. Es lo mejor que podemos ofrecerle: nuestra presencia y disponibilidad. Y si le damos sin limitaciones ni prisas, ellas lo captarán.

NO HAY QUE CONSEGUIR NADA. Si vemos a la otra únicamente como objeto de nuestra ayuda, bajo esa etiqueta, nos vamos a relacionar con ella desde ahí. Y eso va a condicionar nuestras expectativas hacia ella y lo que hay que conseguir.

Respetar sus procesos. El proceso de cambio (si se da) no es lineal. Hay adelantos y retrocesos, hay momentos de estancamiento; trayectos circulares que nos llevan al mismo punto una y otra vez... Tenemos que dejar nuestra idea de "lo que debería ser" y zambullirnos en "lo que hay" sin más.

Con humildad: no podemos apropiarnos de su vida y pretender "salvarle" de su situación. A veces, desde nuestra posición "del que lo tiene todo y quiere ayudar", creemos saber lo que les pasa y necesitan. Es importante situarnos y darnos cuenta de que acabar en la calle es producto de múltiples razones, que detrás de este hecho hay una historia de vida difícil y complicada, y que nosotros no vamos a poder llenar todas sus carencias.

No condicionar la relación a los frutos. Nuestro objetivo es DAR IDENTIDAD Y DIGNIFICAR. Los frutos vendrán si tienen que venir (y no cuando nosotros los esperemos)

Darnos cuenta de nuestros prejuicios: todas tenemos prejuicios, nos formamos o seguimos ideas anticipadas sobre hechos o personas sin antes tener ninguna experiencia directa o real. Y ante ellos, nos aparecen a veces ideas como: que están en la calle porque quieren, son vagas, borrachas, no se lavan, y huelen mal porque son sucias... Nos olvidamos de que tuvieron otra situación vital y, por circunstancias de la vida, acabaron así. Que alguien viva en la calle no quiere decir que haya hecho las cosas mal.

Tras los continuos encuentros en la calle, semana a semana, mes a mes, año a año, la relación ya se ha ido consolidando.

Dar cariño con palabras o a través del contacto (ya que nadie les toca) Es importante que les llegue nuestro afecto e interés real por su persona.

Reírse con ellas. Utilizar el humor como recurso de acercamiento o desdramatización.

Ser claras y rotundas cuando la situación lo requiera. Hay veces que por los efectos del alcohol, su enfermedad mental o forma de funcionar, la persona tiene reacciones que no podemos permitir. Podemos y debemos confrontar, pero sólo en situaciones muy concretas.

Vivir la impotencia. No tenemos la solución para todo lo que les pasa. La situación-problema que viven es complejísima. Y eso significa que vamos a tener que vivir como acompañantes la impotencia de no poder hacer, no poder solucionar, no poder cambiar las cosas.... Significa también acompañar en la enfermedad y en la muerte teniendo un respeto profundo en su decisión.

¡NO SOMOS RESPONSABLES DIRECTOS DE SU SITUACIÓN!



Huye de **Prejuicios**

No todas las personas sin hogar padecen alcoholismo o consumo de drogas.

No todas las personas sin hogar quieren vivir de las prestaciones sociales.

No todas las personas sin hogar quieren vivir en situación de calle.

No todas las personas sin hogar son sucias, incívicas y violentas. Nadie busca vivir una situación de exclusión como vivir en la calle.

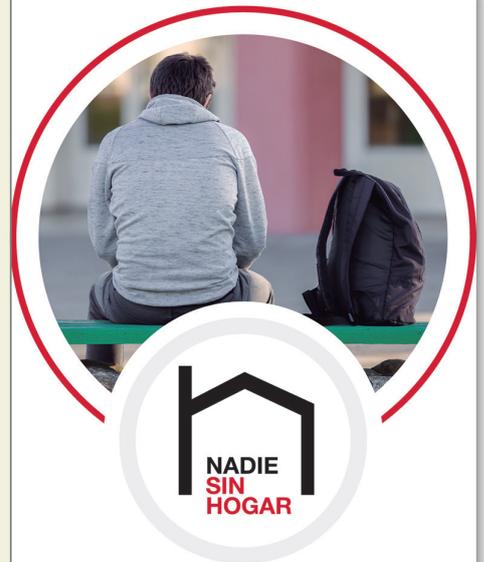
No todas las personas sin hogar rechazan los alojamientos.



COMPARTE TU RED



Cuando comenzamos a relacionarnos con alguna persona que está en situación de calle, tratemos de poner en práctica una actitud de VER (más que de actuar), de ESTAR atentos ante lo que acontece, de CONOCER poco a poco (y que nos conozca) a ese ser humano y su entorno más inmediato. Tratamos de DAR IDENTIDAD, de resaltarla sobre el fondo de la ciudad de poner voz, a esa persona.



¿Sabes cómo **relacionarte con una persona que se encuentra en situación de calle?**

Primeros **Contactos**



Ahora **ya te conoce**



Y con **el tiempo...**



Este documento está escrito en femenino debido a que hace referencia a la persona, sin distinguir el género.



Campaña de personas sin hogar.
29 de octubre de 2023.