

» Voluntariado



SEDIBAC en las protectoras

■ Enric Homedes y Carme Roig
◆ www.floresdebach.eu



Hace unos seis años, aproximadamente, se inicia un nuevo voluntariado desde SEDIBAC donde se fijan varios objetivos de trabajo para ayudar y dar cobertura a los animales abandonados que llegan a las protectoras y presentan problemas físicos y/o emocionales.

Desde entonces SEDIBAC ofrece a las personas que acogen o adoptan un animal de la protectora vinculada al voluntariado de SEDIBAC, un servicio gratuito que cubre el asesoramiento, tratamiento y seguimiento de los problemas de adaptación y de conducta que presentan el animal adoptado o en acogida y/o los animales que van a convivir con él.

El voluntariado que SEDIBAC viene realizando en el colectivo de animales abandonados tiene los siguientes objetivos principales:

El **primer objetivo** es investigar y divulgar la aplicación de las Flores de **BACH** a los animales y así recoger suficiente casuística que avale que las Flores de **BACH** no actúan por efecto placebo. Las aplicaciones locales que vienen realizándose para tratar problemas sencillos como conjuntivitis, otitis,... son un buen ejemplo para reforzar la afirmación anterior.

El **segundo objetivo** consiste en demostrar que las Flores de **BACH** son herramientas complementarias, y a veces imprescindibles, a las directrices que los educadores caninos, etólogos y veterinarios utilizan para modificar el comportamiento anómalo de un animal. Los animales que llegan a las protectoras suelen presentar problemas de conducta como consecuencia del maltrato y/o abandono que han sufrido y también porque han de adaptarse a un "nuevo espa-

cio", han de aprender a convivir con otros animales y a confiar de nuevo en el ser humano. En la protectora Els Amics dels animals de Dos Rius, 16 perros fueron tratados simultáneamente con Flores de **BACH** y pautas de educación canina para ayudarlos a mejorar su comportamiento y prepararlos para su futura adopción. Los resultados que se obtuvieron en los casi cuatro meses de trabajo fueron más que alentadores. Queremos remarcar que la gran colaboración que en todo momento se recibió por parte de dos voluntarias de esta protectora posibilitó que los tratamientos se realizaran respetando al máximo las frecuencias acordadas, factor que contribuyó de forma importante en la obtención de resultados tan positivos.

El **tercer objetivo** es dotar al animal adoptado, o al que es transportado a una casa de acogida, del



tratamiento floral adecuado que favorezca su adaptación, así como la convivencia con otros animales y/o niños. Para ello se le ofrece al nuevo adoptante la posibilidad de recibir asesoramiento y tratamiento para el animal adoptado o acogido y para los animales que van a convivir con él. En estos momentos, este servicio lo cubren tres educadores caninos y terapeutas de Flores de **BACH** que prestan servicio de voluntariado como representantes de SEDIBAC. Este objetivo tiene como finalidad principal prevenir los posibles conflictos que, además de dificultar la convivencia del animal con su nueva familia, son motivo en muchos casos de su reingreso a la protectora. Situación que agrava considerablemente la salud emocional del animal y las condiciones económicas que en estos momentos viven muchas protectoras. Se ha comprobado que el hecho de ofrecer también ayuda para los animales de las familias adoptantes o de las familias que realizan acogidas, sean éstos comprados o adoptados de otras protectoras, ha favorecido nuevas adopciones y/o acogidas.

Y finalmente el **cuarto objetivo** es ayudar, a través del marco terapéutico de la entrevista, a los coordinadores y voluntarios de la protectora que soliciten iniciar una terapia floral para trabajar sus conflictos personales y/o conflictos con el grupo de voluntarios. Durante estos seis años de servicio prestado en dos protectoras de Catalunya, hemos vivido la experiencia de que el voluntario o los miembros integrantes de

la junta directiva viven diversos estados emocionales que, en algunos casos, dificultan la convivencia entre ellos, surgiendo conflictos que en algunas ocasiones obligan a los voluntarios a plantearse abandonar el servicio que prestan en la protectora.

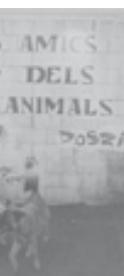
El agotamiento, el descontrol emocional, la impotencia y la frustración son situaciones a las que fácilmente llega un voluntario. Si éste recibe tratamiento floral, puede sobrellevar mejor las condiciones, a veces extremas que se viven en las protectoras: animales que llegan en un estado deplorable, exceso de animales, pocos recursos económicos y humanos, condiciones climáticas adversas. A todos estos factores hay que añadir otro que tiene un peso específico importante a la hora de establecer un ambiente de armonía y colaboración y favorecer una buena convivencia entre todas las personas voluntarias. Las situaciones personales no resueltas suelen trasladarse al trabajo en equipo y esto crea una realidad preocupante, que propicia que personas que luchan por una noble causa, olviden que la unidad hace la fuerza. Y en vez de crear la unidad, caen fácilmente en cualquier de los tres **roles** del triángulo emocional o dramático que nos plantea la psicología humanista.

El **rol del salvador** (yo sé mejor que nadie qué le conviene a los animales y la mejor manera de tratarlos). Desde este rol se les sobreprotege innecesariamente, boicoteando en algunas ocasiones métodos de trabajo más innovadores.

El **rol del perseguidor** (tú trabajas diferente y lo haces mal y por lo tanto debes ser sancionado, excluido, limitado, difamado o expulsado). Desde este rol se lanzan mensajes de culpabilidad que hacen, normalmente, referencia a los diferentes métodos de resolver los problemas que van surgiendo y al número de horas o días que el voluntario presta servicio.

El **rol de víctima** (yo que trabajo y cumplo tanto y me lo pagáis de esta manera). Desde este rol se entra en los chantajes emocionales que dificultan el buen fluir del trabajo en equipo.

Entrar en este triángulo vicioso impide la evolución de las personas y fomenta los conflictos entre ellas, imposibilitando cualquier resolución de los mismos. Desgraciadamente, de la misma manera que ocurre en empresas o equivalentes, tarde o temprano también se plantean conflictos de este tipo en asociaciones sin ánimo de lucro. Las mochilas personales no se dejan en la entrada de los refugios, y a nivel interno crean la disociación de los miembros del grupo de voluntariado, repercutiendo en el bienestar de los animales que una vez más son los más perjudicados.



» Voluntariado

En el Centro Penitenciario de Mujeres de Barcelona Wad Ras

■ Chelo Olmos
◆ cheloolmos@telefonica.net



Algunos datos sobre la población reclusa femenina en nuestras cárceles

España es el país de la Unión Europea con un índice mayor de población reclusa, tanto masculina como femenina. En Europa, las mujeres representan entre el 4% y el 6% del total de la población penitenciaria. En nuestro país ese porcentaje es del 8%, sólo superado por Portugal, en donde llega al 10%.

El perfil de la mujer encarcelada en Catalunya es el de una mujer de 35 años de edad, de nacionalidad española y madre en el 85% de los casos, que en un porcentaje cercano al 50% declara tener o haber tenido problemas de adicción a drogas, y en más de un 80% de los casos¹ que ha sido víctima

de algún tipo de violencia física, psíquica o sexual previa a su entrada en prisión. La causa mayoritaria de ingreso es el delito contra la salud pública (consumo y tráfico de estupefacientes en pequeñas cantidades), por el cual están encarceladas alrededor del 45 % de las mujeres reclusas en nuestra comunidad autónoma.

La presencia de mujeres inmigrantes en las cárceles catalanas es muy importante, llegando a ser del 35% del total. De ellas, el grupo más numeroso es el de las latinoamericanas, acusadas prácticamente la totalidad de ellas de tráfico de drogas. Se las conoce en el argot como "mulas", y responden a un perfil mayoritario: son personas sin experiencia delictiva previa, que se encontraban en situaciones de vulnerabilidad social o exclusión social en sus países de origen, y que han recurrido al tráfico de drogas bajo la promesa de recibir una

cantidad económica importante para su nivel de recursos.

Mi experiencia como terapeuta floral en Wad Ras

Colaboro en el proyecto de voluntariado de SEDIBAC desde finales de 2009; hace, pues, poco más de un año. Hacía tiempo que deseaba participar como voluntaria y el azar hizo que surgiera la oportunidad de trabajar en Wad Ras.

Wad Ras es la cárcel preventiva de mujeres de Barcelona. Las internas permanecen en esta prisión a la espera de juicio, proceso que puede llegar a demorarse bastante tiempo algunas veces. Una vez celebrado el juicio, generalmente son trasladadas a la cárcel de Brians, aunque algunas pocas, por diferentes motivos, siguen en Wad Ras cumpliendo su condena.

¹ *Violència contra les dones: Anàlisi entre la població penitenciària femenina.* Marta Cruells, Miriam Torrens, Noelia Igareda. SURT 2005

Este centro penitenciario cuenta actualmente con una población reclusa de alrededor de 500 personas. De éstas, cerca de 300 son hombres y mujeres que ya están en situación de tercer grado, lo que aquí se conoce como Sección Abierta; el resto, unas 200 personas, constituyen el grupo de mujeres internas en prisión preventiva que son objeto propiamente del voluntariado floral.

Acudo al centro penitenciario una tarde a la semana. Las visitas las realizo en la planta baja del centro, en unos cuartitos que comparto con educadores, asistentes sociales y psicólogos y que utilizan también las propias internas cuando tienen que hablar por teléfono con sus familiares. En estas dependencias puedo realizar las entrevistas de manera personalizada con un mínimo de intimidad y en un ambiente lo suficientemente tranquilo para que las chicas se sientan cómodas y puedan expresarse libremente y sin constantes interrupciones. Las entrevistas suelen durar un máximo de 30 a 40 minutos y acostumbro a visitar entre 3 y 5 internas en cada ocasión. El período de tiempo entre una entrevista y la próxima procuro que no se demore más allá de las 4 semanas.

El motivo principal de consulta suele ser el insomnio, ya sea porque tengan dificultades en conciliar el sueño, o porque se despierten frecuentemente por la noche. Muchas refieren pesadillas. La mayoría de las que consultan comentan que no les hace efecto el "botiquín", nombre con el que se refieren a la medicación ansiolíti-

ca que les administran cuando se quejan de problemas de sueño o de ansiedad, y quieren probar con las Flores porque saben que funcionan bien por otras compañeras que ya las han tomado.

A las consultas por problemas con el sueño, le siguen en frecuencia las quejas por ansiedad, que suelen sentir físicamente como presión en la boca del estómago o en el pecho. La preocupación principal que manifiestan es el bienestar de sus hijos y el miedo al futuro.

La petición de asistencia floral se suele concentrar en dos momentos de su estancia en la prisión, cuando están recién ingresadas y en las fechas previas a la celebración de juicio.

Según mi experiencia hasta ahora, la asistencia floral a las internas en Wad Ras tiene dos características principales.

La primera es que el grueso de las consultas se concentra en lo que yo llamo "primeros auxilios florales". Lo principal en esta situación es aliviar la angustia y la ansiedad que la situación de la pérdida de libertad provoca en estas personas. Muchas de ellas nunca han estado antes en la cárcel y se encuentran por ello en un verdadero estado de shock desde el momento del ingreso. Además, la inmensa mayoría son madres, con lo que a la angustia por estar en la cárcel ha de sumarse la preocupación que experimentan por el bienestar de sus hijos durante su ausencia y los sentimientos de culpa que la situación les produce.

El segundo punto importante es la situación transitoria de las internas en la prisión. Wad Ras es una prisión preventiva y por lo tanto es frecuente la interrupción súbita de la terapia sin mediar aviso, ya sea por traslado a Brians para cumplir el resto de la condena una vez celebrado el juicio; porque pasen a tercer grado, con lo que yo ya dejo de verlas; o porque les den la libertad y abandonen el centro.

Tanto por un motivo como por el otro, con la mayoría de reclusas que piden asistencia floral no se suele alargar el tratamiento ni es posible profundizar demasiado, más allá de mejorar la sintomatología aguda que constituye la demanda habitual de las internas.

Pero no siempre es así; ahora os comentaré un caso en el que, todo y que no responde al perfil típico de las mujeres que se encuentran privadas de libertad en este centro, parece que va a ser posible ir un poquito más allá de lo habitual.





Comentarios sobre un caso

María es una interna de 49 años de edad, de nacionalidad española y con un hijo de 13 años. De profesión actriz. Es una persona de un buen nivel sociocultural que ingresó en prisión hace poco más de un año. Está aun pendiente de juicio acusada de tráfico de drogas.

Primera visita

Consulta por problemas de insomnio, con despertares frecuentes. Toma ansiolíticos por la noche. Ya conocía las Flores de **BACH** y las había tomado antes de su ingreso en prisión. De su biografía destaca que es la menor de 8 hermanos y que el hermano anterior a ella murió por sobredosis de drogas, hecho por el que se ha sentido siempre culpable; en cierta manera, cree que la muerte de su hermano ha evitado que ella haya caído en las drogas y haya acabado como él. Sus relaciones con sus padres, ya muertos, dice que fueron buenas, pero no hace más comentarios.

Habla espontáneamente sobre sí misma diciendo que los demás se suelen aprovechar de su buena fe y que suele dar más de lo que recibe en sus relaciones. Incluso relaciona el motivo de su ingreso en la cárcel con estas características de su personalidad. A mi pregunta sobre cómo es su vida en la cárcel y sus relaciones cotidianas con sus compañeras, me responde que no cae bien a los demás, no sabe por qué; nota que le tienen envidia y que estas reacciones hacia ella han sido una constante en su vida. Le pregunto si tiene algún tipo de molestia física, a lo que responde negativamente. Noto a María bastante tensa y a veces reacciona con cierta impaciencia.

Centramos el objetivo de la terapia en mejorar el insomnio y los problemas de relación que manifiesta tener con sus compañeras. Percibo en esta persona una gran rabia interna, no sé hasta qué punto reconocida, que posiblemente perciba proyectada en los demás.

Le preparo la siguiente fórmula:

- **IMPATIENS**: Para tratar la impaciencia y la ansiedad que se apodera de una persona cuando no puede dormir.
- **CHERRY PLUM**: Para facilitarle que pueda soltar el control y rendirse al sueño.
- **WHITE CHESTNUT**: Para calmar la mente y alejar de ella los pensamientos reiterativos y persistentes.
- **STAR OF BETHLEHEM**: Del relato de la interna se desprende que ha experimentado vivencias trau-

máticas que aún no ha elaborado.

- **PINE**: Ha verbalizado sentirse culpable por la muerte de su hermano.
- **HOLLY**: Me parece la esencia básica de esta persona en este momento. Por la hostilidad que permanentemente percibe en los demás en sus relaciones cotidianas.

Indico 4 gotas, 4 veces al día.

Segunda visita

Me cuenta que ha dormido mejor, coge el sueño bien, pero aún sigue despertándose por la noche. La veo más contenta en general, más sonriente. Me comenta que tiene aprensión sobre su futuro, no sabe qué va a ser de ella.

Le mantengo la fórmula anterior y le añado **ASPEN**, por su sentimiento aprensivo hacia el futuro. La misma dosificación, 4 gotas, 4 veces al día.

Tercera visita

Ya duerme bien, no se despierta por la noche. Ha soñado con su madre muerta y con un novio que tuvo que también murió. Me dice que nota que no reacciona con la gente como antes, que tarda más en responder a las provocaciones de sus compañeras, aunque reconoce que no soporta sentirse 'ninguneada', ni despreciada.

Se mantiene la misma fórmula y la misma dosificación a pesar de que ya no tiene insomnio, para afianzar la mejoría obtenida.

Cuarta visita

María está de muy buen humor. Me dice que las Flores le están

sentando de maravilla. El sueño sigue bien. Ha dejado ya de tomar ansiolíticos. Me comenta que aunque siguen habiendo compañeras que le tienen rabia, ha dejado de afectarle esa situación y es capaz de mirar a otro lado y pasar de ello. Se siente bien en general con la gente y está muy ocupada organizando actividades para las compañeras relacionadas con su profesión de actriz, obras de teatro, talleres de risoterapia, etc. además de realizar su actividad habitual remunerada en la prisión.

Me comenta también que ha tenido sueños muy agradables y que le cuesta mucho levantarse por las mañanas, a lo que respondo que a lo mejor hay remedio para esto último con las Flores...

A mi pregunta sobre cuál es el aspecto de su vida que más le preocupa en estos momentos, me contesta que querría cortar con la pareja que tiene actualmente, de la que reconoce no estar enamorada. Me explica que se da cuenta que necesita que la necesiten y que hasta ahora se ha relacionado con hombres con un mismo patrón de personalidad: dependiente, adictivo y con dificultades para ganarse la vida, por lo que siempre ha sido ella quien ha asumido la responsabilidad de mantenerlos. Al oírla decir esto, recuerdo que ya en la primera entrevista aludió al hecho de que ella estaba acostumbrada a dar mucho en las relaciones y a recibir poco, que no sabía poner límites y que los demás acaban aprovechándose de ella. A pesar de que sus comentarios podrían hacer pensar en un patrón **CENTAURY**, no he visto indicadores de esta flor en esta persona.

En esta última entrevista, y de manera casual, me explica lo contenta que está con la relación que mantiene con una compañera de habitación. Cuando escucho su relato, me parece estar oyendo a una niña pequeña satisfecha de tener a una madre solícita y cariñosa que cuida de ella: la compañera se preocupa de que se levante a tiempo, de que se duche y María demuestra estar encantada con poder mantener este tipo de relación.

Sigue pensando en el futuro con miedo y preocupación.

Fórmula:

Decido quitar las flores **IMPATIENS**, **CHERRY PLUM** y **STAR OF BETHLEHEM** asociadas al insomnio, porque no parecen ser ya necesarias. También excluyo de momento **HOLLY**, por el mismo motivo.

Le preparo la siguiente mezcla:

- **CHICORY**: Porque creo que podría ser ésta su flor tipológica. Por el patrón de dependencia afectiva que establece con sus parejas, en las que asume un papel maternal de sostén, por su susceptibilidad a sentirse no ser tenida en cuenta o despreciada y por otras verbalizaciones "yo doy más de lo que recibo" que concuerdan con el patrón **CHICORY**.
- **PINE**: Porque aparece la culpa en el momento en que se plantea dejar a su actual pareja. Me dice que cree que él podría suicidarse si ella se decide a dejarlo.
- **WALNUT**: Para facilitar el cambio y el corte con los patrones de relación.
- **MIMULUS**: Por el miedo al futuro que presenta, antes tratado con **ASPEN**, al que sustituye.

- **WHITE CHESTNUT**: Para que pueda dejar de pensar en esa cuestión de manera obsesiva.

- **HORNBEAM**: Para que se pueda levantar con más facilidad por las mañanas.

4 gotas, 4 veces al día.

Valoración

Desde la primera visita de esta interna hasta ahora han pasado unos tres meses. Hasta el momento, María ha conseguido eliminar el insomnio, ha mejorado sus relaciones con los demás, no hay tanta hostilidad en ella y ahora parece posible comenzar a trabajar otro tipo de cuestiones. La terapia se profundiza. Intuyo en ella una problemática importante de carencia afectiva, posiblemente relacionada con la madre, que se manifiesta con rasgos de personalidad **CHICORY** que han hecho extensión a **HOLLY**. La interna sigue acudiendo a consulta en estos momentos y habrá que ver si ésta es la dirección adecuada en la terapia y cuál es su respuesta a la última formulación.

Barcelona, febrero de 2011

