



¿QUÉ ES UN ALIADO DEL DUELO ENTRE PARES?

El Programa de Aliados de Duelo entre Pares es un servicio gratuito en Massachusetts.

Los aliados son ayudantes entre pares.

- "Igual" significa "igual". Los aliados son personas en duelo por una muerte por consumo de sustancias que se ofrecen como voluntarios para ayudar a otras personas que están en duelo por una causa de muerte similar.
- "Aliado" significa "partidario". Los aliados ofrecen apoyo emocional similar al tipo de ayuda que podría brindar un buen amigo, un colega cercano o un vecino de toda la vida.
- Los aliados conocen el dolor. Su comprensión es el conocimiento del corazón y el conocimiento del alma, aprendido de su propia experiencia de duelo.
- Los aliados están capacitados en el apoyo básico para el duelo. Son voluntarios que brindan asistencia esencial. No son médicos ni consejeros profesionales.

Los aliados brindan asistencia personalizada.

- Los aliados escuchan. Saben que el duelo de cada persona es diferente y que el apoyo individualizado ayuda a las personas a encontrar su propio camino.
- Los aliados están presentes. Ayudan simplemente estando ahí para una persona necesitada y afirmando que hay esperanza incluso frente a la tragedia.
- Los aliados se preocupan. Aspiran a conocer a cada persona por lo que es y a aceptarla tal y como es.
- Los aliados entienden sus limitaciones: Saben que el duelo no se puede "arreglar" y que las "soluciones" son descubiertas por cada persona a su propio tiempo.

Los aliados ayudan a las personas a sobrellevar el duelo.

- Los aliados se dan cuenta de la magnitud del dolor. Su compasión ayuda a las personas a comenzar a navegar por un mundo cambiado después de una pérdida trágica.
- Los aliados validan los sentimientos. Creen que el duelo es normal y que la experiencia de duelo de las personas es un resultado natural de la pérdida de una persona querida y preciosa.
- Los aliados son ayudantes dedicados. Ya sea que se reúnan con una persona unas cuantas veces, una docena de veces o más, hacen todo lo posible para ser lo más útiles posible.
- Los aliados ven el duelo como una experiencia de toda la vida. Ayudan a las personas a comenzar su proceso y saben que lo que está sucediendo ahora es solo la primera parte de un proceso en curso.

Los aliados se conectan con la comunidad.

- Los aliados ofrecen recursos. Presentan a las personas recursos valiosos que están disponibles en la comunidad.
- Los aliados alivian el aislamiento. Su mensaje principal para las personas en duelo es que no están solas en su dolor.
- Los aliados empoderan a las personas. Siguen el ejemplo de las personas en duelo con respecto a la ayuda y las conexiones que podrían interesarles y satisfacer sus necesidades.
- Los aliados tienen apoyo. Son entrenados y asistidos por SADOD, un grupo estatal de apoyo para el duelo entre pares (ver sadod.org).

© 2024 Peer Support Community Partners, LLC. Todos los derechos reservados.