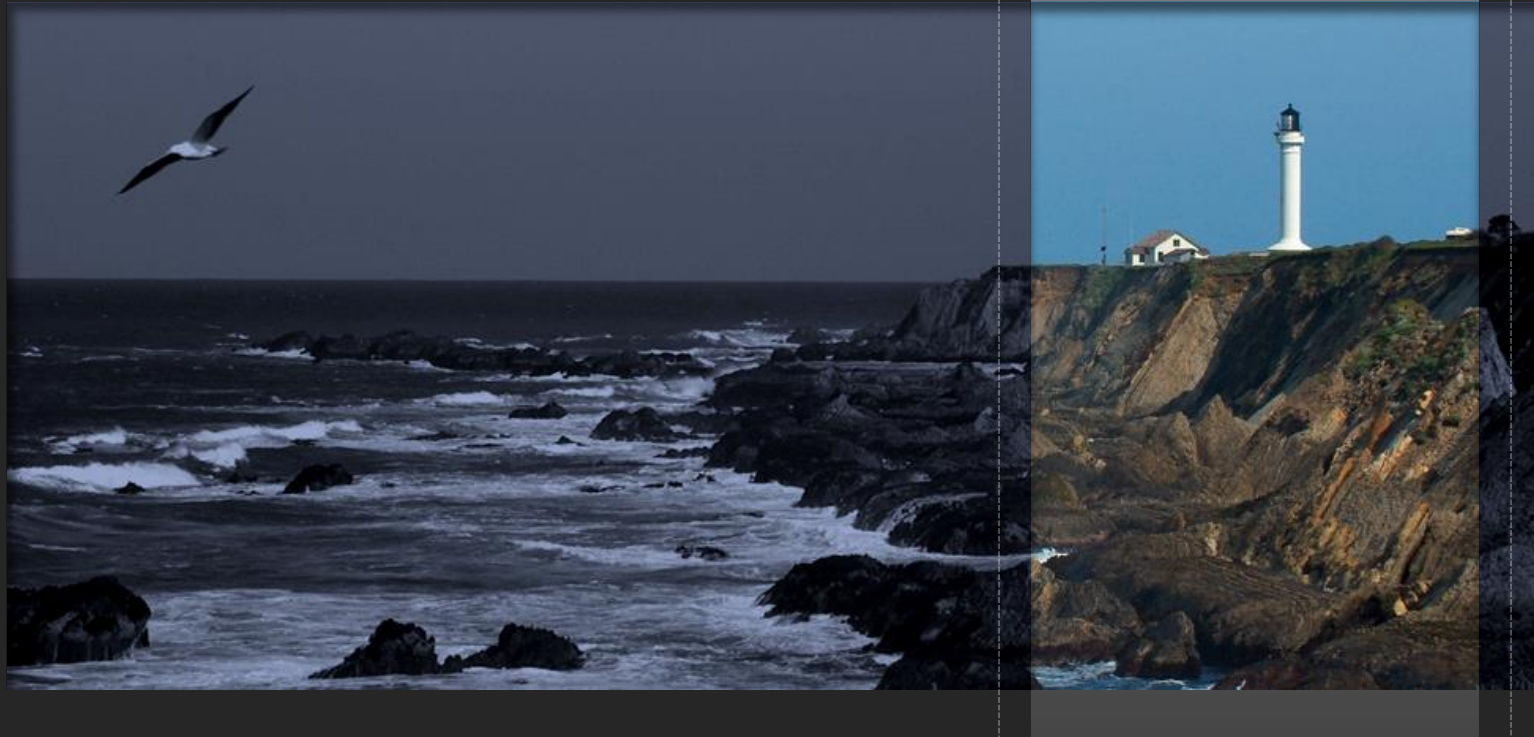




COMUNICACIÓN CON EL ENFERMO DE ALZHEIMER

Encarnación Calvache González

“No sé como hablarle, ni si me comprende. A veces pierdo la paciencia. A veces tengo la sensación de que entiende lo que quiere. Me cuesta trabajo hablar con él, porque tampoco nos han enseñado, y me parece que estoy hablando con un niño. Otras veces siento vergüenza por comportarme así con él”.
Bermejo, José Carlos; “Mi ser querido tiene Alzheimer”



Una comunicación honesta y eficaz
es una herramienta terapéutica
esencial que da acceso al principio
de autonomía, seguridad,
confianza...

competencia relacional



**Centrándonos en el arte de la
comunicación.**



**Estudiando los elementos que están
en juego:**

**Ayudante-ayudado/a-contexto-
recursos-técnicas-actitudes...**

¿Qué es necesario para tener
competencia relacional?



- Según C.Roger hay **tres actitudes** Fundamentales en la relación de ayuda y el Counselling.

ACEPTACIÓN INCONDICIONAL

EMPATIA

AUTENTICIDAD

1. ACEPTACIÓN INCONDICIONAL



El profesional acepta al familiar o enfermo y su problema tal como es, sin que los sesgos y los prejuicios distorsionen la realidad, sin manipular la realidad problema por una idea preconcebida, viéndola y viviéndola lo más neutra posible, implicándose y ayudando, pero sin actitudes paternalistas, ni moralistas, ni directivas, ni enjuiciadoras;

La percepción de aceptación,
entendimiento y apoyo hace que
una persona se abra y confíe más en
el otro



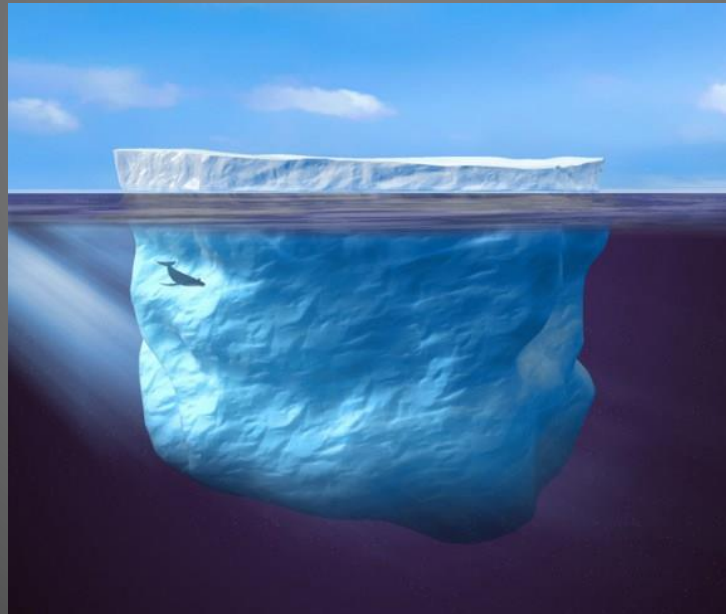
Hablamos de aceptación incondicional cuando:

- Hay ausencia de juicio moralizante sobre la persona ayudada; respeto.
- Confianza y consideración positiva hacia el ayudado.
- Acogida de toda la persona, especialmente de su mundo emotivo.
- Cordialidad en el trato.

2. EMPATIA



Es la actitud que nos permite captar el mundo de los significados de otra persona y saber devolvérselos.



La actitud empática es la disposición de una persona a ponerse en situación de otra, a comprender su estado emocional, a tomar conciencia de sus sentimientos, a meterse en su experiencia y asumir su situación.



No es sentir lo mismo que el otro (simpatía)

Va más allá de la comprensión,
debemos esforzarnos por transmitirle
que le hemos comprendido

¿Qué significan para él sus manifestaciones?, ¿qué siente el otro?, ¿Cuál es su mensaje profundo?, ¿Tal vez yo si estuviera en su situación

DEJAMOS ATRÁS NUESTROS JUICIOS
DE VALOR



BENEFICIOS DE LA EMPATÍA

- Intensifica el diálogo crítico con las propias vivencias.
- Alivia, al exteriorizar la carga afectiva.
- Favorece la aceptación de sí mismo.
- Despoja de las apariencias y las mascararas.

DIFICULTADES DE LA EMPATÍA

- 1.- Dejar a un lado, las propias opiniones, creencias, gustos..
- 2.- Nos encontramos con la propia vulnerabilidad.
- 3.-No saber vivir bien la separación emotiva.

TÉCNICAS QUE FAVORECEN LA EMPATÍA

ESCUCHA ACTIVA
RESPUESTA EMPÁTICA

ESCUCHA ACTIVA

Escuchar significa mucho más que oír, significa poner atención al oír. Significa, sobre todo, querer comprender, teniendo en cuenta que hay un mundo más grande detrás de las palabras, y tomar éstas según el significado que tienen para las personas que las pronuncian.

Escuchar es centrarse en el otro. Esto supone hacer callar al conjunto de voces que murmuran dentro de nosotros, hacer el silencio en nuestro interior. Es decir, hay que lograr un cierto «vacío de sí»,

Elementos de la escucha activa

- Oír.
- Atender.
- Voluntad de querer comprender.
- Observar el lenguaje no verbal y paraverbal.
- Callar, hacer silencio interior.
- Centrarse en las verdaderas necesidades del otro.
- Acoger al otro.

Obstáculos para la escucha

- La ansiedad. Preocupación por uno mismo.
- La superficialidad. Dificultad para advertir los sentimientos de los demás, tendencia a generalizar, a no personalizar.
- Tendencia a juzgar, a imponer las propias ideas, rigidez en las propias creencias desde las que se juzga todo, tendencia a moralizar.
- Impaciencia, impulsividad que no termina de dejar que el otro se exprese con naturalidad.
- Tendencia a buscar la respuesta mientras el otro habla.
- Pasividad, carencia de intervención activa y confrontadora cuando es necesario.
- Tendencia a hablar en exceso, a contar las propias historias.
- Tendencia a «predicar», a aportar consuelo y a exhortar.

RESPUESTA EMPÁTICA

-Escucha activa y reformulación

REFORMULACIÓN

Consiste en captar lo que el otro expresa, tanto verbal como no verbalmente, y presentárselo con claridad, como si usase un espejo.

3. AUTENTICIDAD

C.Roger afirma sobre esta actitud:

Ser auténtico implica la voluntad de ser y expresar, a través de mis palabras y mi conducta, los sentimientos y actitudes que existen en mí.



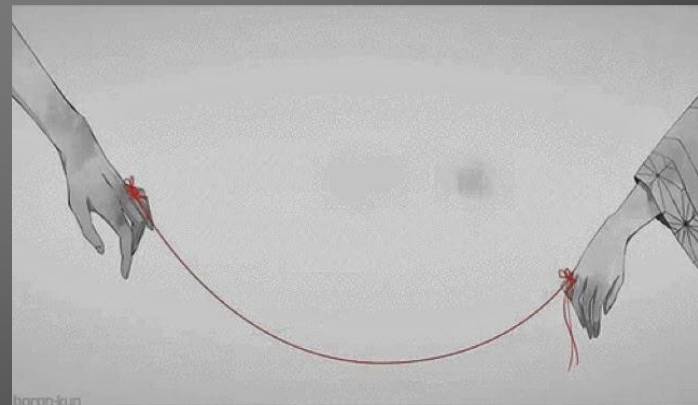
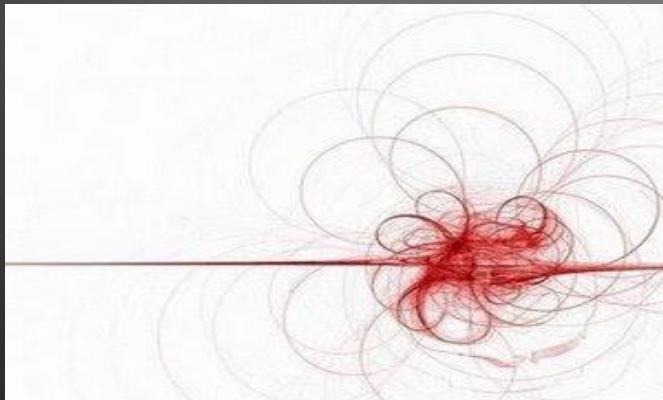
El respeto purifica el alma y si no lo tienes es que nunca tuviste alma.

www.imagenesdicasitas.com

La autenticidad también implica la **confrontación**, más allá de la devolución al ayudado de su propia experiencia para que tome conciencia de ella.

Quiero ver como detrás de cada persona con Alzheimer no sólo hay un ovillo de fibrillas enredadas entre las células del cerebro, sino que también hay un ovillo de enredos en el corazón de las personas afectadas, de las familias tocadas...

Bermejo, José Carlos; "Mi ser querido tiene Alzheimer"



Muchas gracias

Encarnación Calvache González