

DESCUBRIENDO LA RESILIENCIA : TALLER PARA PERSONAS QUE QUIEREN DESCUBRIR PERLAS.



Jornadas de Alzheimer
Tres Cantos 22-23 de Abril de 2009
Anna Forés i Miravalles annafores@ub.edu
Miquel Moré i Mateu miquelmorem@suara.coop

LA ADVERSIDAD LLEGA UN DÍA CUALQUIERA... Y TIENE NOMBRE DE *ALZHEIMER*



La mala noticia: “una demencia es neurodegenerativa, progresiva e irreversible”.

«¡No tiene la misma chispa de antes! Está apagado. A veces está quisquilloso y grunón. Ya no es el que era»

«¿Como es posible que te acuerdes de cuando eras joven y de ahora nada?»

«No me sale la palabra; bueno, tu ya me entiendes... eso para leer, ...dame eso ...las gafas, el monedero, el talonario, las llaves...»

«¿Qué día es hoy? Pues no lo sé, no me fijo en el calendario. No lo sé, porque no leo el periódico. Me lo dice mi mujer. Como no tengo nada que hacer, no me fijo en el día»

«Al coser no me queda como antes. No hago punto. No puedo con la sisa»

«¿Qué es esto?
¿Quién eres tú?
¿Esta no es mi casa, tú no eres mi hija, eres la otra!»

Disfunción neuropsicológica

Manifestaciones neuropsiquiátricas

Alteración de las actividades funcionales, instrumentales y básicas de la vida diaria

Cambios psicoafectivos

Cambios de la personalidad y de la conducta

Cambios de la respuesta intelectual

Fuente: M. Boada

Pensar, sentir y actuar de forma resiliente :
pistas para “*el camino de las perlas*”.

- Aprender el arte de comunicar: reinventar lenguajes.
- Conectar, contactar con los sentimientos: poner en palabras.
- Recuperar las memorias antiguas: la huella de los recuerdos.
- Mantenimiento activo: dar sentido y significado.
- Dar continuidad a la vida, pasado, presente y futuro: dignificar la etapa de la vejez.

DEFINICIÓN DE RESILIENCIA

La resiliencia es la capacidad de una persona o un grupo de afrontar, sobreponerse a las adversidades y salir fortalecido o transformado

DEFINICIÓN DE RESILIENCIA

**TODO EL MUNDO PUEDE SER
PERSONA RESILIENTE**

**El desafío consiste en encontrar
la manera de promoverla en cada
persona, tanto individualmente
como en las familias y las
comunidades**

NOCIÓN DE ADVERSIDAD

- ☐ **Trauma puntual**
- ☐ **Trauma repetido**
- ☐ **Limitación permanente**
- ☐ **Situación de alto riesgo**

LA CONSTRUCCIÓN DE LA RESILIENCIA



Stefan
Vanistendael



LA RESILIENCIA

- ❑ Es un proceso: interacción dinámica entre factores
- ❑ Puede ser promovida a lo largo del ciclo de la vida
- ❑ No se trata de un atributo personal
- ❑ Ligado al desarrollo y crecimiento humano
- ❑ No constituye un estado definitivo
- ❑ Nunca es absoluta ni total
- ❑ No muestra relación con el nivel socioeconómico
- ❑ Varía según contexto, etapa de vida, cultura...
- ❑ Es básica la dimensión comunitaria
- ❑ Considera la persona como una unidad
- ❑ Reconoce el valor de la imperfección





Detrás del mostrador el hombre miraba distraídamamente hacia la calle mientras una pequeña niña se aproximaba al local.

Ella aplastó su naricita contra el vidrio del espectacular aparador y de pronto sus ojos color miel brillaron cuando vio determinado objeto.



Ella entró decididamente en el local y pidió ver un hermoso collar que le había llamado la atención y le dijo al vendedor: *Es para mi hermana. ¿Podría hacerme un lindo paquete?"*



El dueño del local, quien estaba a un lado, miró a la chica con cierta desconfianza y con toda tranquilidad le preguntó:

- "Cuánto dinero tienes, pequeña?"

Sin alterarse ni un instante, la niña sacó de su bolsillo un atadito lleno de nudos, los cuales delicadamente fue deshaciendo uno por uno.

Cuando terminó, colocó orgullosamente el pañuelo sobre el mostrador y con inusitado aplomo, dijo:

- "... Esto alcanza, no?"



En el pañuelo
solamente había
unas cuantas
monedas...

Mirando al dueño con una tierna mirada que expresaba una mezcla de ilusión y tristeza le dijo:

-“Sabe, desde que nuestra madre murió, mi hermana me ha cuidado con mucho cariño y la pobre nunca tiene tiempo para ella...”



"Hoy es su cumpleaños y estoy segura que ella estará feliz con este collar, porque es justo como lo había soñado..."

El empleado miraba al dueño sin saber qué hacer o decir, pero éste sólo le sonrió a la niña, y se fue a la trastienda, y personalmente lo envolvió en un espectacular papel plateado e hizo un hermoso moño con una cinta azul.



Ante el estupor del empleado, el dueño colocó el hermoso paquete en una de las exclusivas bolsas de la joyería y se lo entregó a la pequeña diciéndole:

-*"Toma, llévalo con cuidado."*

Ella se fue feliz saltando calle abajo.



Todavía no había terminado el día cuando una encantadora joven de cabellos rubios y maravillosos ojos azules entró en el negocio. Colocó sobre el mostrador el paquete desenvuelto y preguntó:



- "Este collar fue comprado aquí?"

El empleado cortésmente le pidió que esperara un momento y fue a llamar al dueño, quien de inmediato regresó, y con la más respetuosa sonrisa le dijo:

- "Sí, señora, este collar es una de las piezas especiales de nuestra colección exclusiva y en efecto, fue comprado aquí esta mañana"

- "Cuánto costó?"

- "Lamento no poder brindarle esa información, señora. Es nuestra política que el precio de cualquier artículo siempre es un asunto confidencial entre la empresa y el cliente"



"...Pero mi hermana sólo tenía algunas monedas que ha juntado haciendo muñecas de trapo con ropa vieja, pues mi sueldo es demasiado modesto y apenas nos alcanza para sobrevivir. Este collar ciertamente no es de fantasía, y ella simplemente no tendría dinero suficiente para pagarlo...!"

El hombre tomó el estuche, rehizo el envoltorio casi ceremoniosamente, y con mucho cariño colocó de nuevo la cinta diciendo mientras se lo devolvía a la joven:

"Ella pagó el precio más alto que cualquier persona puede pagar: -Ella dio todo lo que tenía."



El silencio llenó el local y las lágrimas rodaron por el rostro de la joven, mientras sus manos tomaban el paquete y salía de allí lentamente, abrazándolo fuerte contra su pecho.

*"Si un día tienes que elegir
entre el mundo y el amor,
Recuerda: si eliges el mundo
quedarás sin amor,
pero si eliges el amor, con él
conquistarás al mundo"*

Albert Einstein