



APRENDIENDO A VIVIR SIN TI: HERRAMIENTAS DE APOYO TANATOLÓGICO

MUERTE TEMA TABÚ



La muerte es una **etapa inevitable de la vida**, todo ser vivo tendrá que llegar a este punto, ni antes ni después, sino en el momento exacto.

Hablar de la muerte es un tema tabú, unas preguntas que se ha planteado es **¿Tienes miedo a la muerte? o ¿Tienes miedo de cómo morirás?**

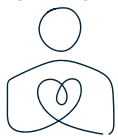
Para acompañante/terapeuta- doliente(es) para familiares y pacientes en fase terminal

Aspectos indispensables a considerar para una intervención tanatológica

Mantener una salud mental plena.



Carácter humano.



El arte de cuidar.



Considerar los valores éticos fundamentales.



Herramientas de apoyo

Comunicación

Escuchar con atención y nunca mentir.



Saber qué, cómo, cuándo hablar.

Mente, oídos y el corazón con el paciente.



Esto acompañado de un equipo multidisciplinario conformado por: médicos, enfermeras, especialistas, psicólogos, trabajadores sociales, tanatólogos e incluso acompañamiento de sacerdotes (según su religión o creencias).

Protocolo de Buckman para poder dar una mala noticia paciente/acompañante

Etapas 1:

Hablar en un lugar privado.



Etapas 2:

Descubriendo qué sabe el paciente.



Etapas 3:

Reconociendo qué y cuánto quiere saber.



Etapas 4:

Compartiendo la información.



Etapas 5:

Respondiendo a las reacciones del paciente.



Etapas 6:

Planes a futuro seguimiento (intervención).

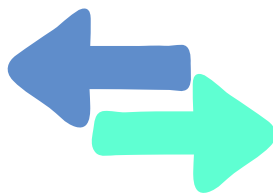


(Buckman, 1992).

Proceso de las emociones



Manejo de emociones



¿Cómo regular la emoción?

Consiste en equilibrar la experiencia y su expresión transformándolas en acciones provechosas o fructíferas.



(Greenberg, 2000).

Clasificación de las emociones después de la pérdida para acompañante/doliente (es)

Primarias

Respuestas iniciales que se dan ante un estímulo externo como la tristeza ante la pérdida de un ser querido.

Secundarias

Sirven para evitar otros sentimientos y emociones que los colocan en un escenario amenazante o doloroso.

Instrumentales

Se experimentan y expresan, pero su característica es que llegan a influenciar a los demás.

Negación > Ira > Negociación > Depresión > Aceptación



“Todo aquello que amamos más, nos lo pueden arrebatarse: lo que no nos pueden quitar es nuestro poder de elegir y que actitud asumiremos ante estos acontecimientos”.
Viktor Frankl