

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL

1. INTRODUCCIÓN.

El trabajo individualizado es recomendable para algunos mayores, ya que pueden presentar problemas y necesidades diferentes, por lo que se antoja importante disponer de un tiempo dedicado al tratamiento individual, ya sea en sesiones semanales o en intervenciones puntuales.

Va dirigido a aquellos mayores que dispongan de un cierto nivel cognitivo para el aprovechamiento de las sesiones.

2. OBJETIVOS.

El objetivo principal de la psicoterapia individual es el desarrollo y el fortalecimiento psíquico. Se trata de un proceso que está enfocado, entre otras cosas, en ayudar a la persona a adquirir una mayor comprensión de sí misma y del entorno y dotarle de estrategias para afrontar situaciones.

Entre los objetivos de la terapia individual están:

- Orientarnos en la reeducación de la atención.
- Ganar perspectiva.
- Encontrar soluciones o respuestas más adecuadas a viejos problemas.
- Ruptura con las reacciones automáticas de la conducta que condicionan y limitan la posibilidad de vivir con plenitud y conciencia.
- Mejoría del estado emocional.

"En la psicoterapia, el terapeuta no cambia a nadie, las personas se cambian a sí mismas. Uno sólo crea circunstancias en las cuales la persona puede responder con mayor espontaneidad y cambiar" (Milton Erickson).

PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

1. INTRODUCCIÓN.

Este programa trabajará con funciones intelectuales que parecen deteriorarse con la edad. En ocasiones, el deterioro puede deberse o estar influido a una falta de exigencia en el ambiente para continuar practicando estas habilidades. Por lo tanto, un objetivo es estimular estas capacidades cognitivas.

Las **principales áreas** de habilidades intelectuales entrenadas son las siguientes:

- Memoria: es la capacidad mental que posibilita a un sujeto registrar, conservar y evocar las experiencias (ideas, imágenes, acontecimientos, sentimientos, etc.).
- Orientación espaciotemporal: Habilidad para localizar correctamente áreas y lugares (orientación en espacio) y también hacerlo mentalmente con hechos o situaciones en distintos tiempos.
- Atención: es la capacidad para concentrar la actividad psíquica, es decir, el pensamiento, sobre un determinado objeto. Es un aspecto de la percepción mediante el cual el sujeto se coloca en la situación más adecuada para percibir mejor un determinado estímulo.
- Lenguaje: es un sistema de signos por medio de los cuales el hombre elabora, expresa y comunica sus pensamientos.
- Praxias: es la capacidad para realizar una acción programada y dirigida hacia la consecución de un objetivo.

- Gnosias: es la capacidad para reconocer estímulos y su significación hasta entonces familiares.
- Cálculo: es la capacidad para realizar las operaciones necesarias para prever el resultado de una acción previamente concebida, o conocer las consecuencias que se pueden derivar de unos datos previamente conocidos.
- Razonamiento abstracto: capacidad de resolver problemas lógicos, de prever y planear. Implica las dos funciones del razonamiento: la inductiva y la deductiva.

2. OBJETIVOS.

Objetivos generales:

- Aportar información sobre los procesos cognitivos y emocionales que forman parte de los procesos de la memoria.
- Dotar a los participantes de estrategias y técnicas que les permitan resolver los fallos de memoria en la vida diaria.
- Estimular y potenciar el desarrollo y mantenimiento de las funciones cognitivas.

Objetivos específicos:

- Memoria: Se trata de potenciar la memoria inmediata y reciente, ofrecer elementos cargados de emociones para favorecer que permanezcan en memoria remota y potenciar la orientación en persona.
- Orientación:
- Atención: Se trabajará para reforzar la actividad mental.
- Lenguaje: Se trabaja con el lenguaje con el fin de maximizar las capacidades lingüísticas preservadas, ejercitar el lenguaje espontáneo y la comprensión verbal y escrita, favorecer la fluidez verbal, potenciar la capacidad de repetición y practicar la mecánica de lecto-escritura.
- Praxias: Se persigue favorecer la producción de actos motores voluntarios y de las habilidades viso-constructivas, el mantenimiento de la mecánica de la escritura.
- Gnosias: Se trata de optimizar los niveles de atención sobre el material visual, auditivo y corporal, ejercitar la percepción mediante estímulos visuales y auditivos, favorecer el acceso al sistema léxico y semántico, Trabajar el reconocimiento de los sonidos y Maximizar las capacidades lingüísticas.
- Cálculo: Se trata de preservar el reconocimiento numérico, procurar la discriminación de números, fomentar nivel atencional en material no verbal, discriminación de cantidades y lectura de cifras.

PROGRAMA DE HHSS

1. INTRODUCCIÓN.

- En diversas ocasiones, hay mayores que precisan atención psicológica por un problema en el que realmente es la falta de asertividad y habilidades sociales, las que están determinando su situación o las que están manteniendo otros problemas relacionados. Estos problemas pueden ocasionar otros, como por ejemplo la agresividad.
- Debido a que se trata de habilidades básicas de interacción, resulta también muy importante que el psicólogo sea capaz de mostrarse asertivo y socialmente habilidoso cuando se relaciona con los demás. Por ello, la aplicación de este programa es continua, aunque sí hay sesiones en las que se trabajan diversas situaciones y se dan pautas de conducta, también hay intervenciones puntuales y constante muestra de asertividad en cualquier sesión aunque ésta no tenga que ver con la indicada en este programa.

2. OBJETIVOS.

- Fomentar una correcta comunicación.
- Comprensión de cuáles son los conceptos principales implicados en la asertividad y las habilidades sociales.
- Ofrecer una mayor conocimiento sobre alternativas de respuesta y sus consecuencias.
- Favorecer el establecimiento de relaciones interpersonales adecuadas con otros residentes, empleados y personas ajenas al centro.
- Evitar aislamiento.

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN CON FAMILIAS

INTRODUCCIÓN:

La intervención psicoterapéutica con personas mayores requiere de una especial implicación, adecuación al ritmo y sintonía con la persona mayor tomando un matiz de revisión vital que supone una experiencia de ayuda que con frecuencia trasciende al bienestar de la familia y posibles cuidadores de la persona mayor (Santamaría, 2004).

El programa de intervención familiar se inicia previo al ingreso del mayor y finalizará más allá de su fallecimiento. Es importante crear un clima de confianza, cercano que facilite el proceso de cambio.

Se realiza con el fin de positivizar la nueva situación, mejorando el proceso de adaptación y facilitando la integración para la eliminación del carácter negativo que en ocasiones puede aparecer en los miembros de la familia.

Se harán distintos tipos de intervención para facilitar la integración del mayor en el centro y su bienestar dentro del núcleo familiar. Éstas estarán encaminadas a alcanzar los siguientes aspectos:

- 1. Perseguir el cambio:** en creencias, actitudes, pensamientos y formas de actuar.
- 2. Desculpabilizar:** es necesario el cambio, será una nueva forma de afrontar la situación que buscará una mayor calidad en la relación que mantienen (mayor y cuidador). El cuidador no debe culpabilizarse por cambiar.
- 3. Formar:** se harán intervenciones dirigidas al cambio de aspectos deficitarios de la conducta del cuidador que interfirieran en los cuidados del mayor. Para ello, se habrán evaluado las necesidades del mayor y demanda de su cuidador. No se puede obligar a nadie a participar si no lo desea, de lo contrario sólo traería consecuencias negativas para él y para el resto del grupo.
- 4. Informar:** Los profesionales del centro mantendrán informados a las familias de todas las incidencias que ocurran en relación con su familiar. Se atenderá a los familiares en los horarios de visita del Centro.

5. Motivar: es imprescindible, ya que si se logra motivar a los participantes los beneficios se conseguirán más rápido y se mantendrán en el tiempo.

OBJETIVO GENERAL:

Ofrecer a los familiares atención específica, fomentando su implicación, favoreciendo la relación estimulante, manteniendo ó retomando el vínculo entre mayor y familia en todo lo relacionado con el mayor consiguiendo la integración del residente y su familia en el centro.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Información general sobre el centro, profesionales y los programas de intervención con el mayor. Llegado el caso, también se informará y asesorará de los cuidados paliativos, respetando la decisión de la familia.
- Asesorar en el proceso de adaptación.
- Implicar en la consecución de los objetivos y logros del mayor, así como en la dinámica del centro.
- Intervenir en situaciones de sobreprotección, pasividad y conflicto.
- Concienciar de las limitaciones del mayor y potenciar las capacidades residuales.
- Apoyar y acompañar en proceso de duelo.