



Validation Training Institute, Inc.

Connecting heart to heart with older adults
a non-profit, tax exempt company

Vicki de Klerk

vdeklerk@vvalidation.org

20 Marzo 2020

Consejos de VTI para los cuidadores de personas que viven con demencia II,

Basándonos en nuestros primeros 3 consejos, aquí están los siguientes pasos:

EXPLORAR EN LUGAR DE DECIR

Los adultos mayores desorientados suelen estar en su realidad personal más que en nuestra realidad. Que tu objetivo sea: Quiero saber más sobre su mundo. Usa preguntas abiertas para saber más. Haz preguntas que empiecen con: quién, qué, dónde, cuándo, cómo, pero no preguntes por qué. Las preguntas de por qué preguntan por razones que son más cognitivas que emocionales. Muchos adultos mayores desorientados necesitan expresar sus emociones. El hecho de entrar en su realidad, los valida como personas.

INTENTA USAR LA EMPATÍA EN LUGAR DE LA DISTRACCIÓN O LA MENTIRA

Cuando una persona está expresando muchas emociones (como la ira, la tristeza o el miedo) no ayuda decir, "No te sientas así". Lo sabes por tu propia experiencia. Cuando alguien dice, "No te enfades", ¿cómo te hace sentir eso? ¿Más enojado tal vez? O tal vez intuyes que la otra persona no entiende o no quiere entender y será mejor simplemente tragarte tu emoción. ¡Eso es exactamente lo que pasa con los adultos mayores! No necesitas usar tu intelecto, usa tu corazón. Conecta con la emoción que la otra persona está expresando y emparéjala. Esto te acercará a la otra persona y creará un vínculo.

ACÉRCATE A LA OTRA PERSONA CON RESPETO

Asegúrate de estar a la altura de los ojos (eso significa arrodillarse o agacharse si el adulto mayor está sentado).

Se consciente de la distancia que hay entre vosotros y busca señales de estar demasiado cerca o demasiado lejos.

Una persona se "retirará" echando los hombros hacia atrás o cruzando los brazos (por ejemplo) cuando estés demasiado cerca. Una persona no te reconocerá si estás demasiado lejos.

Es una buena idea tener una conexión visual primero y luego empezar a hablar.

Esos momentos de contacto cercano, de humano a humano, crean alegría y bienestar.

Deseándoles a todos momentos de alegría,
Vicki

Validation Training Institute, Inc.

P.O. Box 871
Pleasant Hill, OR
97455

info@vvalidation.org
vvalidation.org

Executive Director

Vicki de Klerk-Rubin

President

Frances Bulloff

Founder:

Naomi Feil

Secretary

Kevin Carlin, MS

Treasurer

Edward G. Feil, Ph.D.