

Apoyo psicológico y terapias de grupo

Pilar Llombart Fuertes

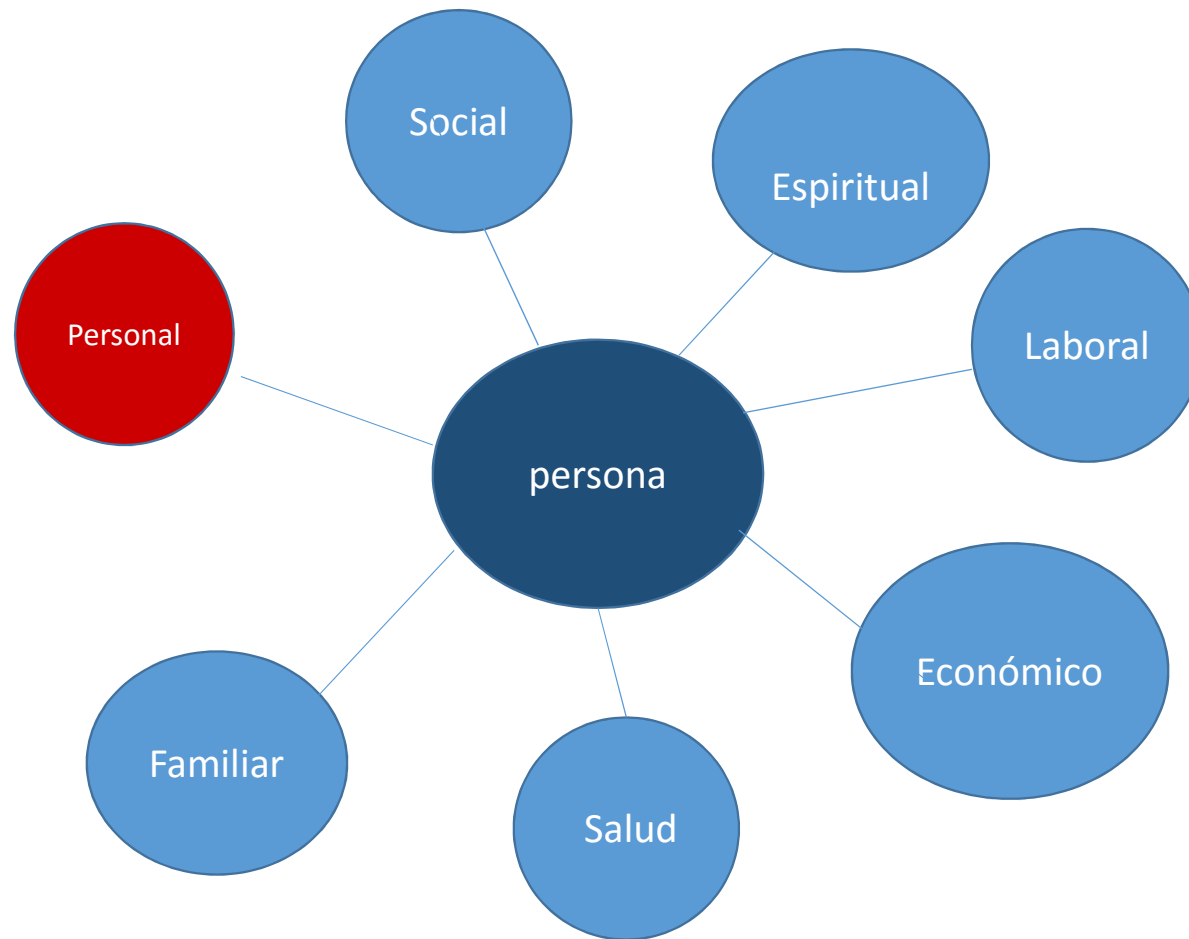
INDICE

- I. Modelo de desarrollo personal.
- II. Personalidad Resiliente.
- III. ¿Qué representa el cáncer para mi?
- IV. Reacciones emocionales durante el proceso oncológico.

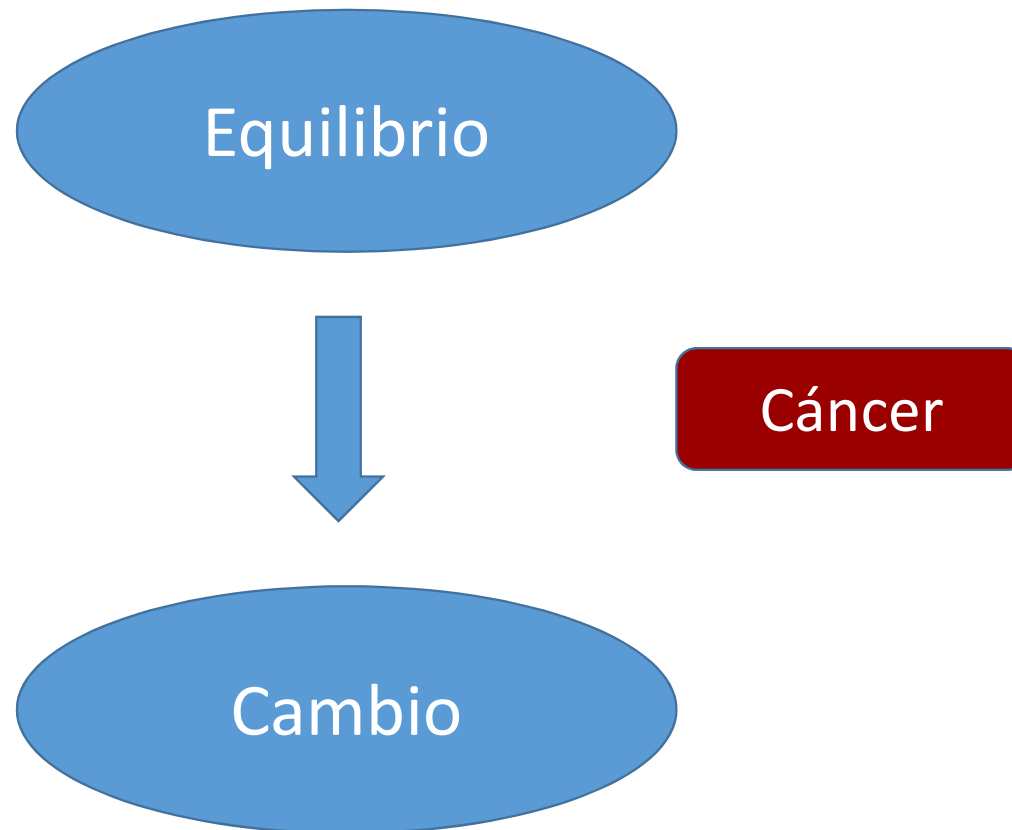
LA VIDA



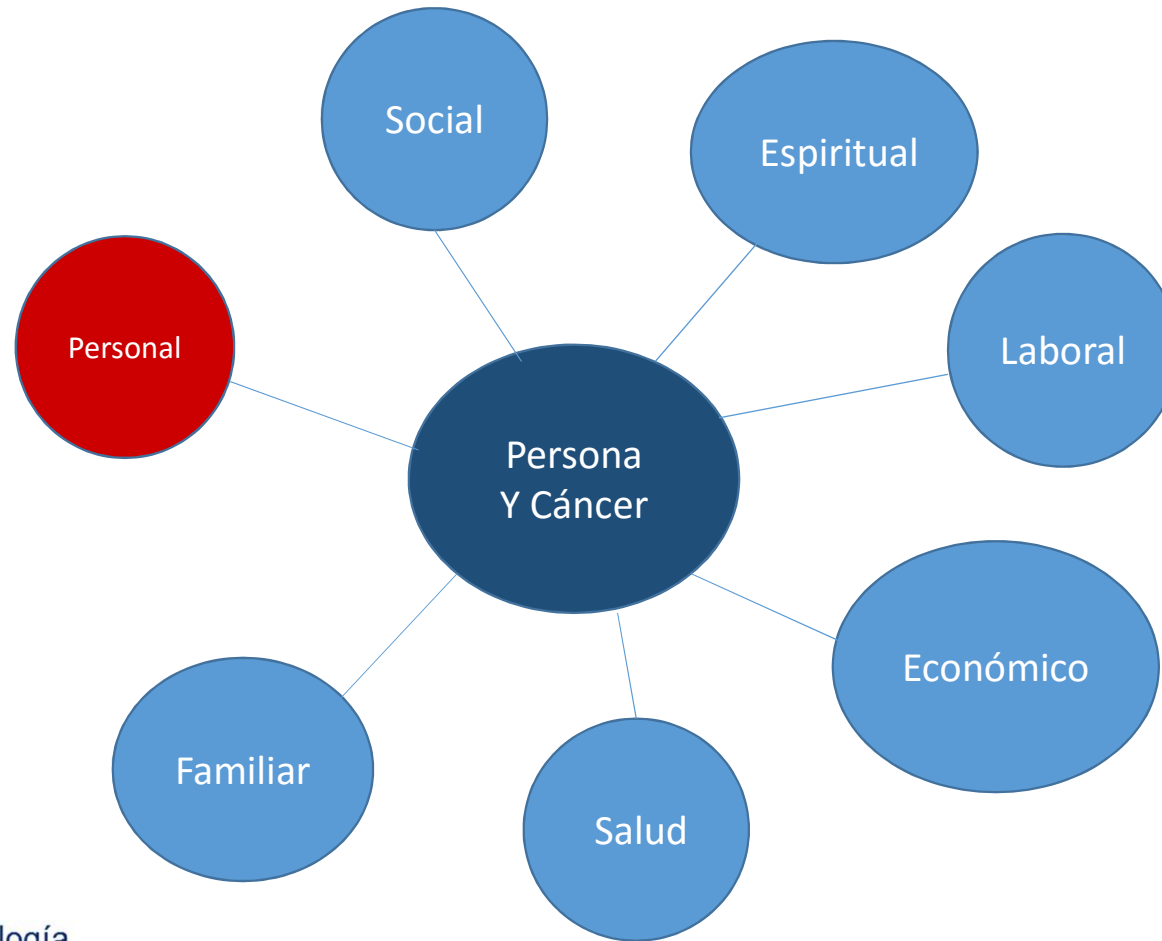
Modelo de desarrollo personal



Modelo de desarrollo personal



Modelo de desarrollo personal



Hernandez, J (2012). Psicooncología

¿Qué representa el cáncer para mí?



Personalidad resistente / resiliente

“Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas, e incluso ser transformado por ellas”



Grotberg EH. The internacional resilience proyect:
promoting resilience in children (1995)

Personalidad resistente / resiliente

- No nacemos con una personalidad resiliente, requiere un proceso de **aprendizaje**.
- Percepción de los cambios como **oportunidades** para el crecimiento personal y no como una amenaza.



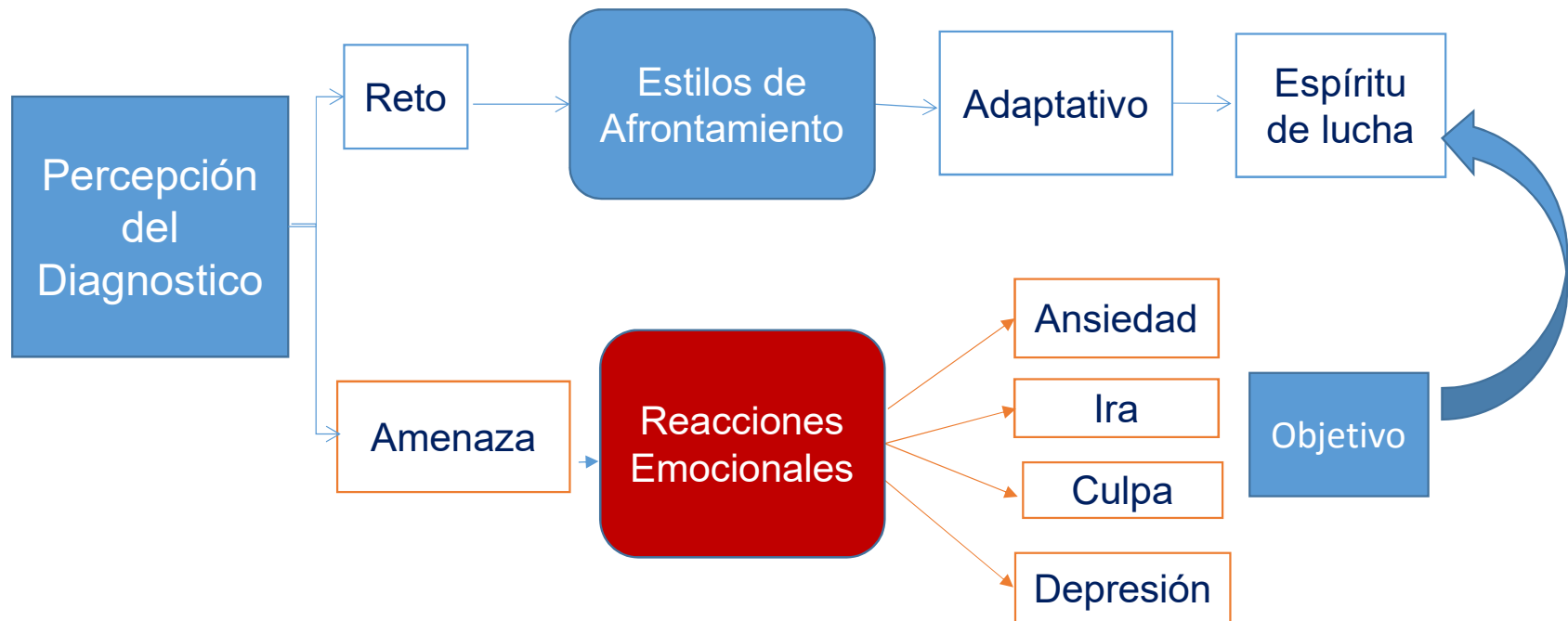
Personalidad resistente / resiliente

Aprendizaje:

- Evitar ver las crisis como obstáculos insuperables.
- Aceptar que el cambio es parte de la vida.
- Buscar oportunidades para descubrirse a si mismo.

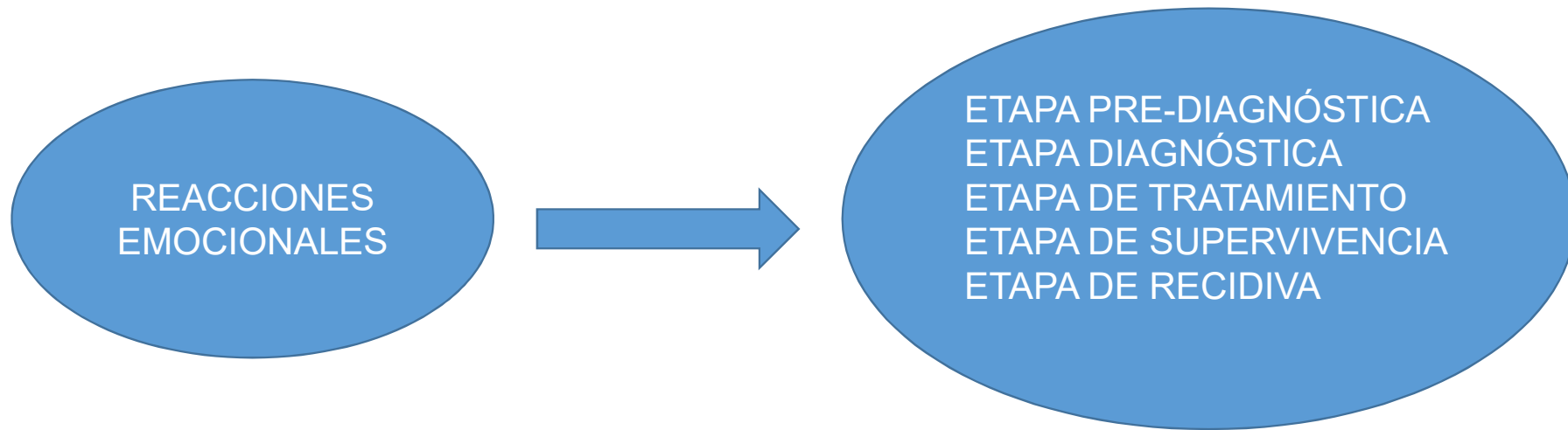
*Elimina por completo de tu
vida el
“ No puedo...a”
Y sustituyelo por el
“ ¿Como puedo...a ..o ...b?”*

¿ Qué representa el cáncer para mi?



Moorey y Greer (1989)

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico



Reacciones emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapas Pre-diagnóstica**

- Identificación de un signo.
- Pruebas  Aumentan Sospecha y “Angustia”
- Confirmación del diagnóstico lo antes posible



Evitación de la incertidumbre

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa Pre-diagnóstica:**

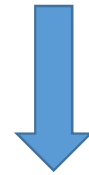
“¿Qué pasa si es cáncer?”



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa Diagnóstica**

➤ PORQUE A MI? → Búsqueda incesante de causas.



CAOS EMOCIONAL
(Tristeza, Rabia, Impotencia, ansiedad)

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa Diagnóstica**

- Massie (1990)

- Respuesta inicial (1 semana)
- Respuesta de malestar emocional (1 – 2 semanas)
- Respuesta de adaptación (3 semanas aproximadamente)

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa Diagnóstica:**

“Me dijeron lo peor que podía escuchar : Tienes cáncer”



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapas de Tratamiento**

- Temor ➡ Desconocimiento ➡ búsqueda de información.

- Deterioro de la imagen corporal y síntomas físicos.

- Aislamiento social y abandono de actividades lúdicas.

- Falta de autonomía y control sobre el cuerpo.

- **FAMILIA.**

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

➤ FAMILIA



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa de tratamiento**

“ Lo único bueno de todo esto es que descubrí la familia tan maravillosa que tenía, ya que nunca me había permitido ser dependiente, siempre era fuerte. Se volcaron completamente conmigo y esto lo hacía todo más llevadero ”



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa de Tratamiento:**

“ La quimioterapia fue dura, sobre todo al principio que lo desconocía todo. Según iban pasando los ciclos mi cuerpo estaba mas débil, cada día estaba más cansada y desanimada. Mi vida se había parado y estaba intentando salir adelante como fuera. Estaba llena de miedos, dolor y sufrimiento”



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapas de remisión y Supervivencia**

- Miedo a la recidiva (**Síndrome de Damocles**)
- Fase de incertidumbre y de sensaciones contradictorias.



Afrontamiento de la vida sin la enfermedad.

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa de remisión y Supervivencia**

Afrontamiento



- Reincorporación laboral.
- Cambios en la dinámica familiar.
- Cambios en relaciones sociales.
- Cambios en el estilo de vida y recuperación de la cotidianidad.
- Dependencia

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa de remisión y supervivencia**

¿Y ahora qué? ¿Por dónde empiezo? ¿Cómo vuelvo a ser Yo? ¿Quién soy yo?



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapas de Recidiva**

- Estado de shock intenso.
- Reducción de la incertidumbre.
- Cuanto > es el tiempo de remisión de la enfermedad > ansiedad.
- Mayor cercanía a la muerte.

Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

- **Etapa de Recidiva**

“Creía que esto no me iba a pasar. Creía que estaba curada”



Reacciones Emocionales durante el proceso oncológico

IEDO Y LA ANSIEDAD

Reacciones Emocionales más comunes durante el proceso oncológico



Reacciones Emocionales más comunes durante el proceso oncológico

"Cuando ya no somos
capaces de cambiar una
situación, nos encontramos
ante el desafío de cambiarnos
a nosotros mismos"

Viktor Frankl

GRACIAS