



Distanciamiento terapéutico

Eugenia Nadolu

Supervisora de enfermería IBSMIA y PAETCA-Hospital Universitario

Son Espases

Relación terapéutica

- Actitudes
- Habilidades
- Relaciones



Carl Rogers

- Empatía
- Autenticidad
- Aceptación incondicional



otra vez la empatía...

- Término griego “em-pathie”- sentir dentro
- Introducirnos en el mundo del hombre
- Capacidad de percibir lo que experimenta el otro
- No consiste solo en entender al enfermo



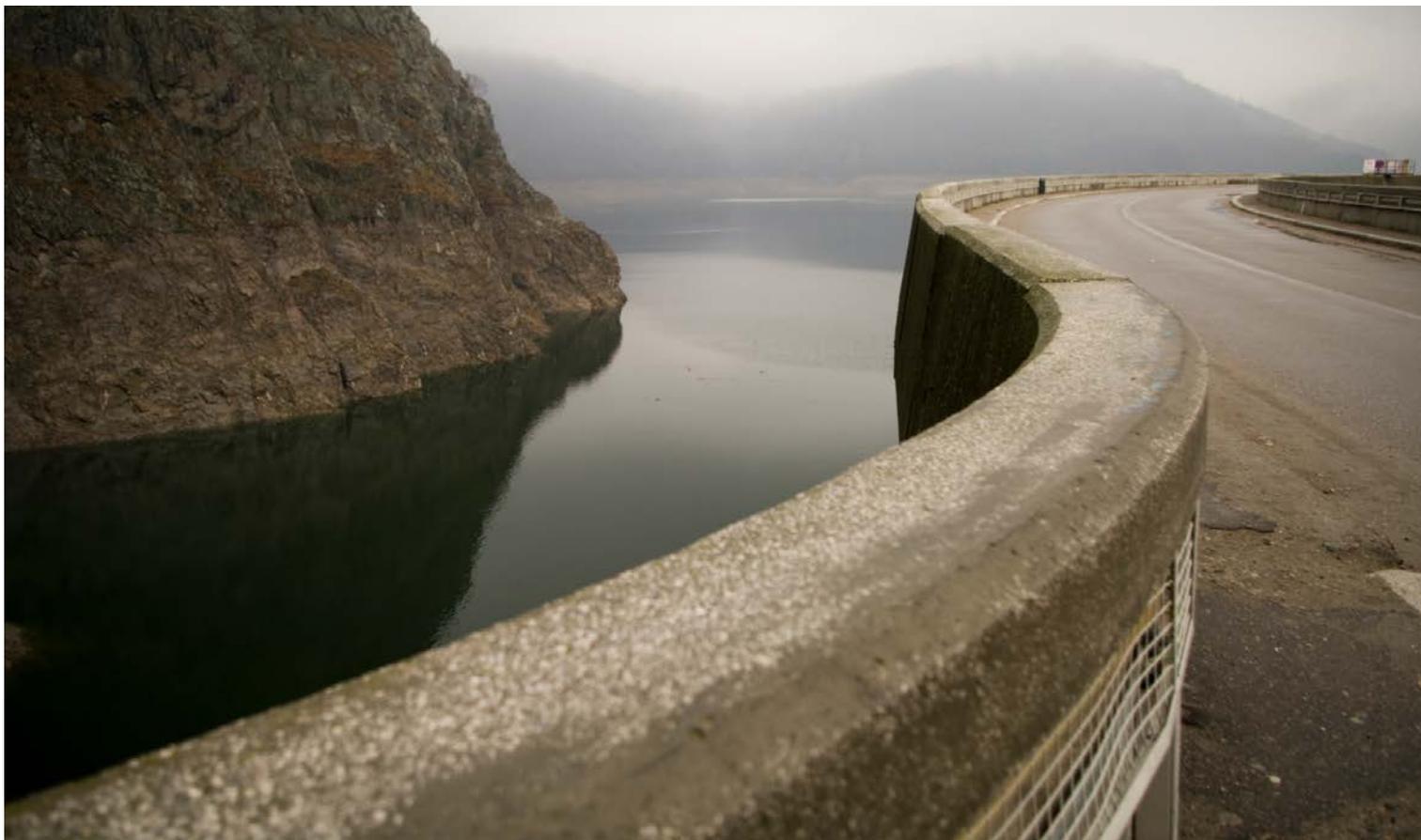
para llegar a la dicha empatía....

- 1º Fase:
- Identificarnos con la persona
- Con sus sentimientos
- Emociones
- Comunicación



Relación empática

- 2ª Fase: El profesional
- Entra en Incorporación y repercusión
- Se observa a la luz de lo comunicado del paciente /familiar mirando sus semejanzas con él
- Se encuentra consigo mismo, con su vulnerabilidad



según J.C. Bermejo

El concepto de EMPATIA se ha socializado tanto que ha dado pie a acepciones confusas, a un uso inflacionado y vago, usándose con frecuencia para evocar cualquier tipo de connotación positiva en la relación

Distancia profesional

- Objetividad
- Reflexión
- No despersonalizarse
- Confrontar el mundo del paciente



Distancia profesional

- Habilidades que nos permite regular la capacidad empática
- No sólo en el sentido de aumentarla
- Limitar su expresión (sobredosis de implicación)
- Evitar la fatiga por compasión (Figley CR)

hablamos... de Ecpatía

- Terminio griego ek-pathie “sentir fuera”
- Concepto complementario a la empatía
- “proceso mental de exclusión activa de los sentimientos inducidos por otros. Nos permite no dejarnos arrastrar por las emociones ajenas, saber separarse en la implicación “

J C Bermejo

Empatia

- Implica un modo de compartir la emoción percibida por el otro “sintiendo con el otro” sin “sentir lo mismo que el otro “
- “Esto lo que percibo NO ES MIO “



La ecpatia

- No es lo mismo que :
 - Frialdad
 - Indiferencia
 - Dureza afectiva
- Acción mental positiva de compensar la empatía sanamente

Jose L.G . De Rivera



Fatiga por compasión

- Figly 1995
- Distancia emocional necesaria
- No quemarse
- No identificarse emocionalmente
- Prevenir el síndrome de burnout



Empatía vs ecpatia

Ponerse en lugar del otro



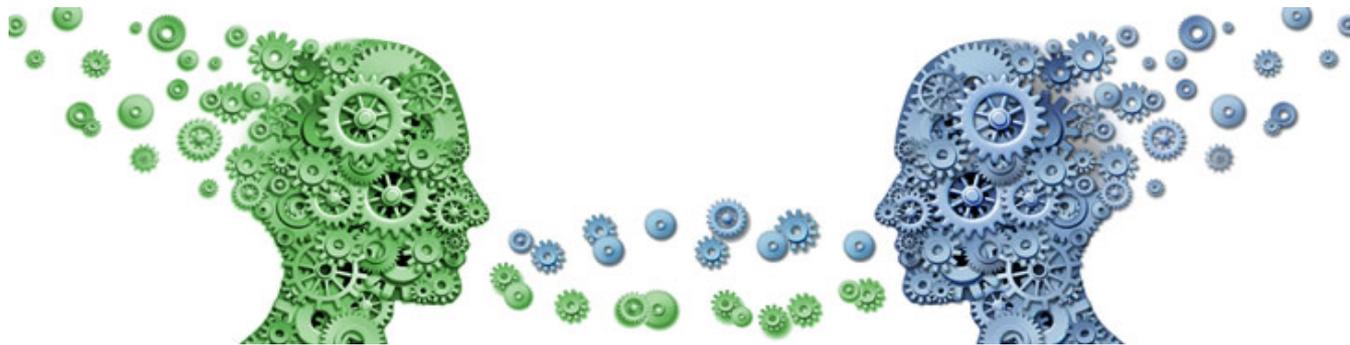
Ponerse en el propio lugar



Distancia terapéutica

- Justo término medio
- Sabiduría práctica
- Prudencia (Phronesis)-
Aristóteles





La “correcta distancia terapéutica “ no está descrita en ningún protocolo pero es ineludible para mantener la objetividad y el rigor asistencial

Recuperar la cercanía

- Pérdida de la empatía por la burocracia, ordenadores, tiempo de consulta y las realidades sociales
- Trabajar con la compasión

“La compasión hacia nuestros enfermos es tan importante como todos los conocimientos que necesitamos acopiar”

Alda Vivar



gracias

Bibliografía

- Gonzalez de Rivera ,JL: Ecpatia y empatía.Psiquis,2004
- Gonzalez de Rivera ,JL: Empatía , ecpatía y estrés interpersonal,2015
- Bermejo JC: Humanizar la salud. Madrid,1997
- Roger CR :El proceso de convertirse en persona. Barcelona: Paidós 1993