

ESTRATEGIAS DE MANEJO DE CONDUCTAS DIFICILES PARA CUIDADORES

Los cambios conductuales después de un trauma craneoencefálico (TCE) son comunes, no solo por la lesión en el cerebro, sino también por los factores externos e internos que acompañan el cambio. Las siguientes estrategias de comunicación buscan disminuir conductas de sus queridos con TCE que son problemáticas para el contexto.

1

SELECTIVAMENTE IGNORAR LA CONDUCTA

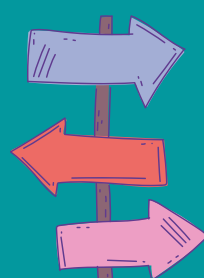
Continue con lo que usted está haciendo y no reaccione ante el comportamiento, para que disminuya. Muchas veces las conductas se mantienen por la respuesta que reciben de los o las cuidadoras, eliminar esa respuesta obligará a la persona a buscar una nueva conducta para llamar su atención.



2

REDIRECCIONAR LA ATENCIÓN

Redireccione la atención de la persona a una nueva actividad que sea más neutral (ver algo por la ventana, hacer algo que disfruta). Muchas veces las conductas son producto de frustración o enojo por algo que está sucediendo, por lo que, comenzar una nueva actividad permite romper el ciclo de frustración y comenzar de nuevo.



3

DAR OPCIONES

Después de una lesión cerebral la persona con TCE pierde muchas veces la oportunidad de tomar decisiones, por lo que, conviene proponerle opciones que le devuelvan la posibilidad de escoger para recuperar algo de control e independencia.



4

REDUCIR EXPECTATIVAS

Después de un TCE hay muchas habilidades y cosas nuevas por aprender. Es importante tener conciencia del esfuerzo, la presión emocional, la fatiga y la frustración que esto conlleva.



5

ALEJARSE Y VOLVERLO A INTENTAR

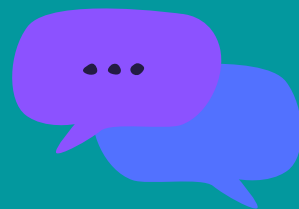
Después de un comportamiento inadecuado, dé espacio por unos minutos para darle la oportunidad a la persona de repensar su acción, antes de solicitar de nuevo lo mismo.



6

HABLAR SUAVEMENTE Y MANTENERSE NEUTRAL

El miedo, la ira y la frustración son respuestas comunes y comprensibles a un comportamiento que parece peligroso, contraproducente y sin propósito. Sin embargo, es importante mantener una postura neutral y no exhibir ni dejarse atrapar por la emoción.



7

IDENTIFICAR SEÑALES DE AUMENTO DEL ESTRÉS

Como cuidadores y cuidadoras debemos aprender a identificar las pequeñas señales de angustia y malestar que pueden presentar nuestros seres queridos, para así saber cuando alejarse o modificar la situación.



8

EVITAR LA CONFRONTACIÓN Y LUCHAS DE PODER

La confrontación solo refuerza las conductas disruptivas. En las luchas de poder y en las confrontaciones todos salen perdiendo y usualmente no se resuelve el conflicto. Es importante manejar nuestras propias emociones.

