

Psico-oncología: Terapia grupal



EL CANCER Y SU ALCANCE

El diagnóstico del cáncer puede ser un factor de estrés significativo no solo para el paciente sino para todo el sistema familiar. La enfermedad en un miembro afecta a todos la familia y altera su equilibrio...

El tratamiento puede ser prolongado requiriendo **adaptación** de todos los miembros de la familia.



El funcionamiento familiar previo al diagnóstico del cáncer es un factor de predicción sobre la posible adaptación del paciente a la enfermedad y adherencia al tratamiento en general

Cada programa de cuidados de pacientes oncológicos posee características propias. Sin embargo, todos tienen un conjunto de elementos en común:

EQUIPO
MULTIDISCIPLINARIO



Trabajo en equipo



Unir los recursos del equipo de salud va a contribuir al mejoramiento de la calidad de vida del paciente oncológico

TRATAMIENTO
ONCOLOGICO
INTEGRAL

Tratamientos médicos
(quimioterapia, radioterapia, y cirugías),



Servicios de terapia
(individual, familiar, grupal, ...)



Tratamiento integral

El diagnóstico de cáncer puede ser agobiante. La mejor defensa es la información. Aprendiendo sobre el cáncer, sus tratamientos, y sus efectos secundarios le ayudara a prepararse para lo que ha de venir

- ❖ Exámenes
- ❖ Tratamientos
- ❖ Efectos secundarios
- ❖ Estudios clínicos

❖ **Psicosocial**



Terapia de grupo

¿ La terapia de grupo alarga la vida?

VISION MAS BALANCEADA
SOBRE EL BENEFICIO DE LA
TERAPIA GRUPAL

CONSENSO

COMPLEMENTA el tratamiento médico;
Esta probado que ayuda a la calidad de vida del
paciente, aunque no cambia necesariamente
su desenlace.



- Ayuda a sobrellevar el diagnóstico de mejor manera
- Ayuda con los síntomas de depresión
- Ayuda a reducir el estrés
- Ayuda a desarrollar nuevos mecanismos de afrontamiento

Beneficios de terapia grupal



Los beneficios de la terapia grupal varían de acuerdo al grupo y a los participantes, pero hay ciertos padrones en común:

BENEFICIOS TERAPIA GRUPAL

- ❖ Logra un sentido de identidad y pertenencia
- ❖ Promueve interacción social
- ❖ Brinda retroalimentación práctica
- ❖ Ofrece una fuerza alentadora
- ❖ Brinda oportunidad de reciprocidad
- ❖ Y...

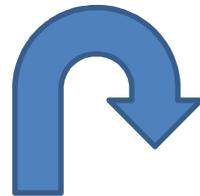
El grupo no solo posibilita el intercambio de experiencias sino que también amplía la red de apoyo social que el individuo recibe

**El grupo permite a sus integrantes el logro
de universalidad en cuanto a la
apreciación de los problemas comunes**

En el grupo el individuo acrecienta su capacidad para entender, procesar, asimilar, enfrentar y resolver problemas

Probablemente ... uno de los aspectos mas importantes de las experiencias grupales es la experiencia de ayudar y ser ayudado

Pautas y Dinámicas a tener en cuenta en terapia grupal



El abordaje del trabajo en grupo depende del grupo de pacientes, el propósito del grupo, el tiempo disponible, y la orientación del terapeuta

PAUTAS

TERAPIA

GRUPAL

- **Objetivos**
- **Alcance**
- **Encuadre**
- **Rol del terapeuta**
- **Limitaciones**

Trabajo en grupo con Padres de pacientes oncológicos

Grupos de apoyo



Reuniones en las que las personas que están pasando por una situación parecida comparten sus sentimientos y se dan apoyo mutuamente.

El enfoque de estos grupos es acompañar a los padres de niños afectados por el cáncer brindándole apoyo emocional y social como complemento al tratamiento médico

Es muy importante
brindar apoyo a los
padres porque...

La hospitalización infantil conlleva una serie de repercusiones negativas sobre la familia que además se agravan si se acompaña de un diagnóstico de enfermedad crónica



- Impacto psicológico
- Impacto físico
- Impacto ocupacional
- Impacto social

**¿ DE QUE FORMA AYUDAN
LOS GRUPOS DE APOYO
PARA PADRES?**

- Ayuda a manejar emociones
 - Tristeza y depresión
 - Enojo
 - Miedo
 - Dolor emocional
 - Soledad
 - Culpa
- Enseña la importancia de la comunicación
- Fomenta el auto cuidado
- Ayuda a encontrar maneras positivas de darle sentido a la experiencia

Sentimientos de culpa...

La muerte de un hijo plantea una crisis de proporciones mayores. El mundo ordenado y confiable se rompe en pedazos, el orden del universo se desmorona, el sentido de la vida, el significado, el para que, se pierde temporalmente en un remolino confuso de rabia, dolor, desesperación, y ansiedad. Con frecuencia también aparece culpa por lo que se hizo o se dejó de hacer y porque la misión parental de proteger al hijo 'fracaso'.

Efectos de la muerte de un hijo...



En relación a la vida de pareja la muerte de un hijo, en algunos matrimonios, es motivo de unión y cercanía para compartir el sufrimiento que esto conlleva.

...si en el matrimonio ya existían problemas conyugales, entre el 60 y 70% de los matrimonios que pierden a un hijo se terminan rompiendo.

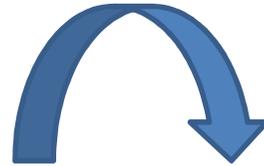
Los padres y el duelo...



El duelo se vive de diferente manera en los padres

La madre quiere ver fotos y el padre no. El padre quiere sexo y la madre no quiere saber nada de esto ya que puede experimentar sentimientos de culpa al sentir placer ante la muerte de un hijo. El padre quiere volver a convivir con amistades y la madre quiere estar sola y tranquila.

El duelo es un proceso no un suceso...



El duelo se vive de una manera muy personal y como “proceso” requiere de un periodo de tiempo para que la herida cicatrice y durante este lapso la persona va a experimentar sensaciones, sentimientos, y pensamientos no agradables, pero necesarios para salir fortalecidos de la experiencia

Los padres pueden llegar a “aceptar” la muerte de un hijo, pero nunca llegan a superarla.

Sobre la gama de emociones...



Recordar a los padres de pacientes con cáncer que....

1. Es importante entender sus emociones; que tendrán distintas emociones en distintos momentos; y que esto es normal ante la situación que enfrentan
2. No existen reacciones correctas, ni incorrectas. Cada persona es diferente y que es importante aceptar lo que uno siente.

La **META** es encontrar formas de sobrellevar las emociones que sienten

Sobre darle sentido a la experiencia...



Es normal cuestionarse porque el cáncer llegó a su vida...

...Hay muchos testimonios que el cáncer puede también ayudar a encontrar nuevas perspectivas de vida: aprender a darle un nuevo sentido a su vida y llegar a apreciar los aspectos positivos de la enfermedad, como el tiempo que pasan juntos.

Esta bien ver aspectos tanto negativos como positivos de la enfermedad y buscar maneras de sobrellevar la realidad...

- Hablar con otros padres
- Leer libros y folletos sobre personas afectadas por el cáncer
- Apoyarse en creencias personales

Recursos locales



El **INEN** ofrece charlas a padres de niños hospitalizados (audiencia captiva) los días **Miércoles de 10:30 a 12** – Dpto. de psicología

“Charlas de todos los viernes al mediodía”

“Prevenir asegura tu derecho de vivir”

Informes – Línea de prevención

620-3333

Prevenir@inen.sld.pe

Trabajo en Grupo con pacientes oncológicos: niños y adolescentes

Terapia Expresiva

Este tipo de terapia es beneficioso para los pacientes oncológicos porque ellos suelen tener 2 explicaciones de su condición



Verbal



No Verbal

subjetiva (ansiedad, miedos, incomprensión...)

Es más propensa a ser revelada a través de creación de arte y modalidad no verbal... que con palabras



Terapia Expresiva en población médica pediátrica

Niños no tienen la capacidad verbal para articular lo que les pasa y aquellos que reciben el agobiante diagnóstico de cáncer, la terapia expresiva es una manera de comunicar emociones y pensamientos sin tener que hablar.



Oportunidad para la expresión de emociones en un
LUGAR SEGURO Y CONTENIDO

Factor Curativo de la Terapia Expresiva

Usar terapia expresiva es una forma de externalizar:
una visible proyección de uno mismo, de nuestros
pensamientos, y emociones

...

Valiosa herramienta para facilitar la expresión de
trauma, estrés, y/o pérdida

El terapeuta debe estimular, motivar, y crear para que estos niños expresen su sentimientos.

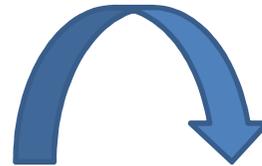


Aspecto lúdico a través del uso de:

- Juegos
- Cuentos
- Arte

TERAPIA EXPRESIVA
Y
PROYECCION

La creación espontánea de arte ofrece acceso al inconsciente



Sirve para evaluar las fortalezas y mecanismos de afrontamiento del paciente:

- ✓ Dibujar una persona recogiendo una manzana de un árbol
- ✓ Dibujar un puente

Uso de terapia expresiva en trabajo de grupo con pacientes con cáncer

Orientación del grupo

- Recreacional
- Psico-educacional
- Psicoterapia

Formato sesión

Introducción

Actividad

Cierre post-actividad



- Turnarse p/ hablar/comentar
- Respetar aquel paciente que no quiere compartir (“yo paso”)
- Respetar la interpretación del paciente
- Volver al paciente al “aquí y ahora”

EL ROL DEL TERAPEUTA



Facilitar el proceso terapéutico.

El producto es menos importante que el “proceso”

Ejemplo:

Guiar al paciente en el análisis de la imagen y el problema:

Cuál es el problema?

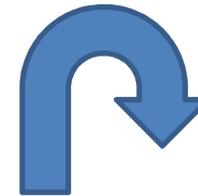
Qué es lo que la imagen dice del problema?

Qué pensamientos surgieron mientras se realizaba la actividad?

Qué pensamientos tiene en estos momentos?

EL ROL DEL TERAPEUTA

Usar intervenciones terapéuticas oportunas

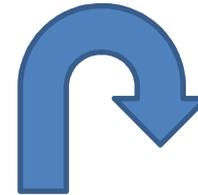


La eficacia de una intervención no se mide por
una criterio de “verdad”, sino por su
“operatividad”(por aquello que produce)

EL ROL DEL TERAPEUTA



Mantener una actitud flexible



A medida que el grupo progresa, el terapeuta va a ajustar y/o adaptar las actividades de terapia expresiva, según las necesidades que vayan surgiendo

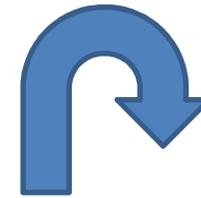
Es recomendable comenzar las sesiones grupales con un “sondeo de emociones”

Es importante que el terapeuta tenga la capacidad de ser flexible y re-definir sobre la marcha, incluso sobre su propia planificación

EL ROL DEL TERAPEUTA



Mantener una actitud empática



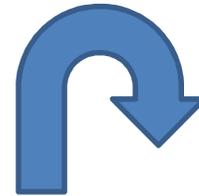
Durante el trabajo en grupo, el terapeuta deberá recurrir a sus habilidades de 'empatía' como también 'reflejo de sentimiento y contenido'

Herramientas necesarias para acompañar al doliente

EL ROL DEL TERAPEUTA



Buscar y usar opciones para el auto-cuidado



Supervisión
Auto-cuidado

TERAPIA EN GRUPO CON PACIENTES CON CANCER ADOLESCENTES

Concepto de muerte en la adolescencia:

- Irreversible
- Universal
- (pero...lejanos a ellos)

Adolescente enfermo también pasa por las etapas de “elaboración de duelo:

- Negación
- **Enojo**
- Negociación
- Depresión
- Aceptación



Requiere de paciencia y no tomar sus enojos y desplantes como algo personal

TERAPIA EXPRESIVA EN TRABAJO EN GRUPO CON ADOLESCENTES CON CANCER

- ❑ Entablar rapport con una actitud positiva y hacer contacto visual no funciona muy bien con los adolescentes
- ❑ Lo que funciona en los grupos es el soporte entre ellos

- Usar terapia expresiva como vehículo de expresión (confronta menos...)
- Usar temas que no sean tan personales (tarea específica...formar una banda musical)
- Usar la actividad de terapia expresiva como enfoque central de la sesión



Si el adolescente se siente en control y se conversa a través del producto que el crea, la posibilidad de comunicación aumenta

El uso del arte y terapias expresivas en terapia de grupo de apoyo con pacientes con cáncer tiene beneficios adicionales:

- ✓ Sentido fortalecedor
- ✓ Reducción de estrés
- ✓ Apoyo social
- ✓ Oportunidad para “re-escribir su vida”

La Terapia Expresiva en Trabajo Grupal... brinda un sentido fortalecedor



El uso de terapias expresivas (dibujar, pintar, crear) pueden dar un sentido de control al paciente para compensar de alguna la perdida de control que generalmente una siente frente a las demandas del tratamiento oncológico.

El tener control puede fomentar sentimientos de autonomía y dignidad cuando otros aspectos de la vida parecen incontrolables.

La Terapia Expresiva en Trabajo Grupal... ayuda a reducir el estrés



El uso de arte y terapias expresivas brindan una manera de reducir el estrés y es muy usado en el “cuidado psicosocial” con enfermos terminales y/o crónicos.

Ejemplo: se conoce el efecto calmante del pintar mandalas y es usada como técnica de ‘reducción del estrés’.

Naturaleza relajante en mandalas



Beneficios de Técnicas de Relajación

En el tratamiento integral del cáncer, expertos afirman que las técnicas de relajación son efectivas no solo para reducir el estrés sino también para reducir la experiencia subjetiva del dolor y... aumenta la cooperación con los procesos médicos

La Terapia Expresiva en Trabajo Grupal... promueve redes de apoyo social



Usar la terapia expresiva en terapia de grupo tiene el potencial de fomentar el apoyo social a través de

- a) compartir las expresiones de arte con otros pacientes y
- b) la interacción natural que se da en toda participación grupal.

El apoyo que sienten los pacientes con cáncer en la terapia grupal es muy valioso y reconfortante para ellos. Los ayudan a no sentirse solos; se apoyan el uno al otro y aprenden mutuamente de sus (similares) experiencias.

Es bueno....

Tener un lugar donde esta bien ser 'calvo' y donde pueden decir "metastatico" sin tener que definirlo (un nivel de franqueza que no se encuentra en otro lugar)

Contar con un lugar donde se puedan decir o expresar a través del arte cosas que pueden o no se animan a compartir con la familia (cosas como "tengo miedo de morir")

La Terapia Expresiva en Trabajo Grupal...

brinda una oportunidad para re-escribir la vida del paciente



Al enfrentar una enfermedad terminal, muchas personas intentan encontrar sentido a la experiencia. La terapia expresiva provee el medio para transformar sentimientos y percepciones y integrando la experiencia en una nueva perspectiva de vida:

“creación de una identidad post-enfermedad”

Hay pacientes que sobreviven y logran sobrellevar este cambio drástico en sus vidas.

Hay pacientes que después de la experiencias de “vivir con cáncer”, salen ‘fortalecidos’ y con una actitud ante la vida mas “resiliente”

Ejemplos...

“El cáncer es parte de mi vida, pero no define quien es realmente soy”

“ El cáncer puede hacerte caer el cabello, pero no podrá borrarte la sonrisa”

...oportunidad para re-escribir la vida del paciente...

“La vida del sobreviviente del cáncer es un camino lleno de frustraciones y obstáculos. Sin embargo, también es un don lleno de esperanza. Y si bien yo no hubiera elegido esta enfermedad, tampoco cambiaría mi historia si pudiera hacerlo. El cáncer definió la persona que soy en la actualidad. Puedo afirmar que el hecho de haberme enfrentado al cáncer y a la muerte hace que el camino que transito sea mas dulce y lleno de promesas”

Kara, sobreviviente de un cáncer pediátrico

...oportunidad para re-escribir vida de la familia del paciente...

Reflexiones de un padre...

“De ningún modo quiero decir que la experiencia no haya sido dolorosa ni difícil, porque de hecho si lo fue. Lo que quiero decir es que, si bien una enfermedad puede destruir una familia, también puede fortalecerla. Pienso que es muy importante actuar como padre de familia. El “papa” es el guardián, quien posterga sus propios deseos y lucha notablemente por la supervivencia de su familia. Este sacrificio por tus seres amados será lo mejor que hayas hecho en todo tu vida”.

Juan, padre de una sobreviviente de un cáncer pediátrico