

REACCIONES CATASTRÓFICAS PARTE 2

NOSOTROS SE LO EXPLICAMOS

cerebro*agil*.com

Recomendaciones:

- _ Averiguar qué tipo de situaciones provocan estas reacciones, para así intentar evitarlas o al menos minimizarlas; en ocasiones es tan sencillo como que un zapato le molesta.
- _ No pedirle a la persona enferma algo que ya sabemos que no puede hacer o comprender.
- _ Procurar mantener la rutina en las actividades de la vida diaria.
- _ No meterles prisa o apurarlos.
- _ No forzar situaciones.

Cómo reaccionar ante situaciones catastróficas:

- _ No tomarlo como algo personal, recordar que es provocado por su enfermedad.
- _ Reaccionar con calma y poner su atención en otra cosa, distraerle.
- _ **No discutir ni gritarle.**
- _ Proporcionar tranquilidad con la voz y los gestos, háblele con frases sencillas y póngase en frente, llámelo por su nombre y tóquelo con suavidad. Darle un abrazo, arroparlo, si está asustado o angustiado.
- _ No le transmita su temor o miedo.
- _ Si la reacción ha sido por algo que quería hacer y no sabe, vaya indicándole los pasos uno a uno con tranquilidad. Recuerde que es importante no avergonzarlo o ridiculizarlo.
- _ Si la reacción es por algo que quiere decir y no puede, intente ayudarle a expresarlo.