

Presentación realizada en el taller de capacitación sobre
prevención de VIH y otras infecciones de transmisión
sanguínea o sexual en personas que se inyectan drogas en
América Latina

Montevideo 4-6 agosto



MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
DE ESPAÑA



AGENCIA ESPAÑOLA DE
COOPERACIÓN INTERNACIONAL



**Organización
Panamericana
de la Salud**

Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud

Cambios en las estrategias

Cambios en la filosofía

Nuevas actuaciones

Nuevas técnicas

Presentación realizada en el taller de capacitación sobre
prevención de VIH y otras infecciones de transmisión
sanguínea o sexual en personas que se inyectan drogas en
América Latina

Montevideo 4-6 agosto
María J Bravo



MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO
DE ESPAÑA



AGENCIA ESPAÑOLA DE
COOPERACIÓN INTERNACIONAL



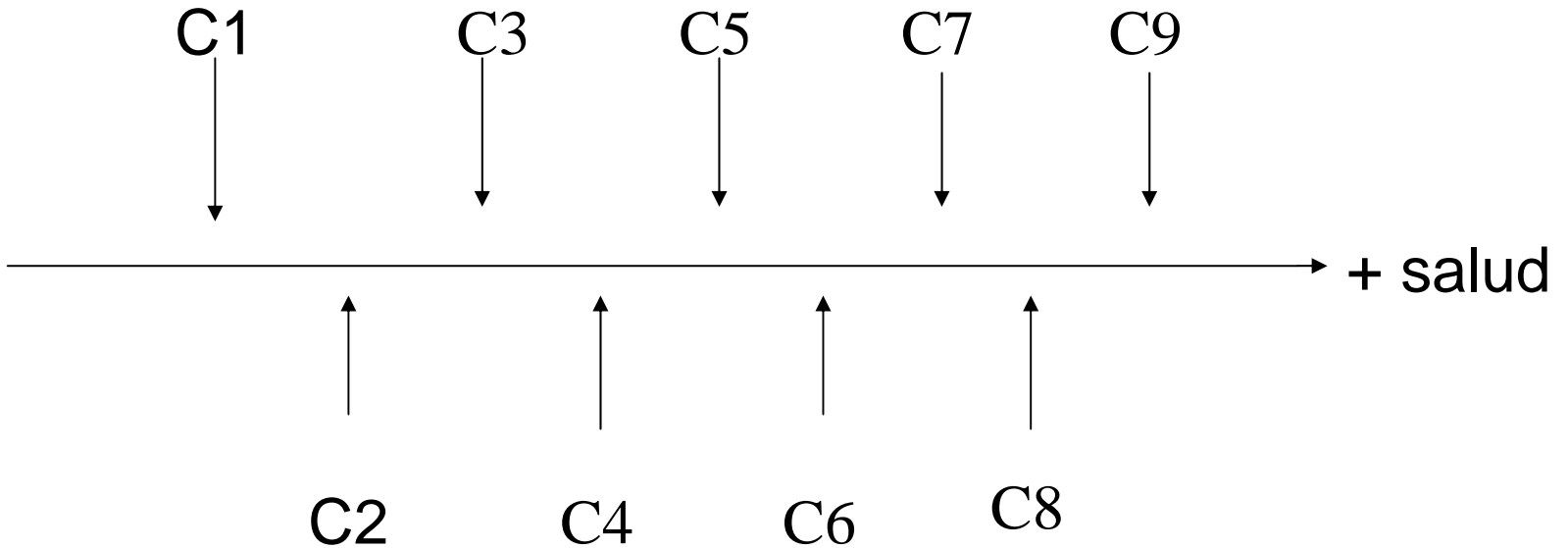
**Organización
Panamericana
de la Salud**

Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud

El usuario de drogas

- El usuario y sus circunstancias. ¿cómo lo vemos? ¿cómo lo vivimos?
- ¿y antes de la droga, qué?
- ¿todos son iguales?
- Las drogas y sus funciones
- ¿qué objetivos tienen?
- ¿Los usuarios de drogas pueden hacer cambios?

Los cambios para reducir daños



Los cambios para reducir daños

- ¿De quien dependen?
- ¿Cual es el papel del usuario? ¿qué espero de él / ella?
- ¿Cual es el papel del profesional? ¿qué esperan de mi?
- ¿Quien cree que el cambio es posible?
- ¿De qué depende?

El profesional y los equipos

- ¿Cuales son nuestros objetivos en nuestro trabajo? ¿objetivos personales, institucionales, legales?
- ¿que rol asumimos delante del usuario?
¿cómo nos posicionamos?
- ¿Qué les estamos ofreciendo?

El profesional y los equipos

- ¿qué ofrece nuestro equipo / institución?
- ¿existen condicionantes previos para el acceso?
- ¿qué nivel de flexibilidad tiene nuestra oferta de atención?
- ¿existen condicionantes para la atención?
- ¿de que / quien depende?

Adriana



Trabajo en grupos



Ayudar de forma efectiva

Relación de ayuda

Counselling.

Técnicas de escucha activa

Visión general en la relación de ayuda (1).

- La comunicación eficaz constituye el núcleo de cualquier relación de ayuda.
- Los objetivos incluyen que esa persona mejore su autoestima, logre aceptarse a si misma, y asuma el control y la responsabilidad sobre sus decisiones y conductas.
- Es posible utilizar más de una estrategia con cada persona.

Visión general en la relación de ayuda (2).

- Es necesario la evaluación continua de la propia actuación y del lugar en que se encuentra la relación.
- La persona que ayuda debe ser consciente de sus propios valores, sentimientos y pensamientos para poder aceptar a las personas con sus propias necesidades sin imponer las suyas.
- La persona que ayuda debe ser sensible a los determinantes de género y culturales de las creencias, valores y conductas de las otras

¿Qué contribuye a que la ayuda sea útil?

- Las personas que ayudan están familiarizadas con diversos enfoques y estrategias.
- Empatía que genera confianza.
- Respeto a las diferencias (individualización).
- Capaz de relacionarse en los ámbitos afectivo, cognitivo y conductual.
- Renuevan el conocimiento sobre si mismos (propios valores, sentimientos, ...).
- Evalúan y tienen una perspectiva teórica.

Intervenciones en la relación de ayuda(1)

- Es útil
- Escuchar
- Preguntar sobre sus emociones
- Facilitar la reflexión

- Ofrecer opciones
- Reflexionar y responder
- Facilitar que el usuario pruebe opciones

No es útil

- Imponer
- Evitar las emociones del usuario
- Hablar de tal manera que el usuario se justifique
- Intentar “hacer ver”
- Reaccionar
- Dar “soluciones”

Intervenciones en la relación de ayuda(2)

- Es útil
- Aceptar lo que piensa el usuario
- Dialogar
- Averiguar si quiere información
- Empatizar
- Intentar entender al usuario
- Poner límites
- No es útil
- Intentar convencer
- Insistir
- Dar información que ya tiene
- Rescatar
- Opinar sobre el usuario, juzgar
- Regañar, enfadarse

Counselling.

Relación de ayuda centrada en la persona y orientada a la resolución de problemas.

- Los cambios pueden tener su origen en:
 - La exploración y comprensión de la persona de sus propios sentimientos, pensamientos y acciones.
 - La comprensión de la persona de las variables ambientales y sistémicas que intervienen en sus problemas y su decisión de cambiarlas.
- Se utilizan estrategias cognitivas, afectivas y conductuales por separado o de forma conjunta.

Presuposiciones teóricas en el Counselling (1).

- Las personas son capaces de tomar sus propias decisiones y son responsables de ellas.
- El entorno, la biología y la personalidad ejerce una influencia en la conducta de las personas, pero éstas pueden ejercer un mayor control sobre sus vidas del que se imaginan.
- Toda conducta tienen una intención y está dirigida a algún objetivo (satisfacer necesidades, adaptarse, ...).

Presuposiciones teóricas en el Counselling (2).

- Las personas quieren sentirse bien consigo mismas y necesitan a otros que los refuercen.

Quieren sentirse y comportarse de manera congruente para reducir las disonancias entre sus realidades internas y externas (impulsos, sentimientos, valores creencias, conductas).

- Las personas pueden cambiar conductas (aprender nuevas y desaprender antiguas)

Presuposiciones teóricas en el Counselling (3).

- Los problemas personales pueden surgir desde:
 - Asuntos no finalizados en el pasado que pueden resolverse centrándose en el presente y el futuro.
 - Incongruencias entre percepciones externas y internas.
- Muchos de los problemas son de carácter social o sistémico más que interpersonal o intrapsíquico.

Conductas de comunicación que facilitan la relación

- **Verbales**

- Palabras fáciles
- Repite y aclara
- Interpretaciones, resumir
- Responde al mensaje
- Refuerzos verbales
- Dar información adecuada
- Respeta, retro-alimenta, aporta comprensión

- **No verbales**

- Acomodo del tono verbal
- Mantiene el contacto visual
- Mantiene expresión facial y corporal
- Distancia física adecuada
- Relajado, postura corporal abierta y orientada a la persona
- Tono de voz confiado

Conductas de comunicación que dificultan la relación.

• **Verbales**

- Interrumpir
- Dar consejos, reñir, calmar, culpar, exigir
- Cuestionar de forma general (¿por qué?)
- Ser condescendiente
- Intelectualizar
- Sobre-interpretar, dar por sabido
- Minimizar

• **No verbales**

- No mirar
- Distancia física excesiva
- Actitud despectiva
- Tono demasiado rápido o lento
- Expresión facial de las emociones negativas
- Actuar con prisas

Características de las personas que ayudan con eficacia.

Respeto y aceptación incondicional

Comprensión

Autenticidad y congruencia. Conducta ética

Empatía y calidez

Concreción

Autoconciencia (propios valores, emociones y habilidades)

Interés en el bienestar del otro

Conocimientos y habilidades (teoría y práctica)