

Zambullámonos en los múltiples canales de comunicación

Prof. Laura M. Binder

Coordinadora del Área Terapéutica Recreativa en
Cohabitan Hotel Asistido para personas mayores
Ciudad de Buenos Aires, Argentina

Hace unos meses, tuve la oportunidad de asistir a una capacitación con el Doctor Pietro Vigorelli en Argentina, sobre *El Enfoque Capacitante*, la Comunicación con personas “Desmemoriadas y desorientadas” por medio de La Palabra.

Gracias a su amabilidad, pude continuar en contacto con él vía mail y seguir profundizando en el enfoque. Y sobre todo poner en práctica la propuesta, dado que trabajo diariamente con personas mayores, algunas con problemas leves de memoria y desorientación, otras más graves, con diagnósticos de Alzheimer.

Debo decir que cuando mi acercamiento al Enfoque era solo Teórico, me generaba dudas que resultara exitoso. A pesar de eso, decidí que era importante intentarlo y comencé a ponerlo en práctica.

Comprobé, que Tal como dice Vigorelli, “es el mejor modo para comprender el *Enfoque Capacitante*” Realmente me impactó la efectividad del mismo. A raíz de ello continúo trabajando con el método, investigando, consultando con el Doctor Vigorelli, que siempre está dispuesto a acompañarme en este proceso y a escuchar con interés mi modo de trabajo.

Aplico la técnica de Conversación como el enfoque propone, y además pongo en juego todos los recursos de Comunicación que poseo y de los cuales me valgo.

Al contarle al Doctor Vigorelli sobre mi modo de trabajo, fue que me propuso generosamente, que escribiera sobre ello para compartirlo en su sitio web

El Enfoque Capacitante se centra en La Palabra.

Dada mi formación y actividades durante años, siempre me centre en desarrollar otros Lenguajes y formas de expresión.

Fui forjando así una hipótesis, en relación a la comunicación del ser humano en general y no solo a personas con demencias. Sobre esta hipótesis hablare a continuación.

El ser humano nace con potencialidad para desarrollar diversos Lenguajes y modos de expresión, que en su mayoría la sociedad y cultura occidental parece obstinarse en atrofiar. O cuanto menos, pasar al olvido.

Un poco de mi historia

Intentare explicar y desarrollar este planteo:

Soy Maestra de Nivel Inicial, trabaje durante 25 años con niños muy pequeños, principalmente, con niños que aún no utilizaban palabras,

“NO SABÍAN HABLAR” como decimos comúnmente... Y, sin embargo, decían mucho.

Todos alguna vez estuvimos en contacto con un bebé y muchos aprendimos a interpretar su llanto, sus gestos sus miradas

Comencé a preguntarme sobre la palabra “Hablar”.

¿Hablar es solo expresarse por medio de la palabra?

Lamentablemente no siempre las palabras, fluyen en las personas, a veces les están vedadas, otras hay imposibilidades físicas, mentales, que hacen que no puedan utilizarlas. En otras oportunidades, tan solo no quieren hacerlo.

Sucede también, que no siempre se encuentra la palabra correcta para expresar lo que uno desea, “esa palabra” que nombre lo que se siente, que sea representativa de un sentir.

Otras veces las palabras, son insuficientes, o, por el contrario, sobran.

¿Cómo expresarnos entonces? ¿Cómo sacar aquello que tenemos dentro y puja por salir?

COMUNICARNOS... resulta a veces tan complejo...

Admiro la potencialidad de recursos humanos para hacerlo.

Y remarco Potencialidad. Porque son recursos poco explorados.

Nacemos casi todos con ellos, pero ¿qué pasa en el transcurso de la vida?

Un niño nace y se expresa con su llanto, con su cuerpo, sus gestos. Y los que lo rodean tratan de interpretar. Así, se establece una comunicación gestual, corporal, sonora.

Su escolarización comienza muy comúnmente a una edad en la que aún no “habla”.

Y todos, familia y escuela, estimulan la aparición de La Palabra.

¿Qué alegría produce su aparición! Esas primeras palabras que el pequeño/a comienza a articular, que suenan conocidas para todos, “mamá, papá, teta”, se convierten en un hermoso e inolvidable momento.

¿Pero qué pasa a partir de entonces?

Toda la estimulación, de quienes rodeamos al niño se centra allí, en La Palabra.

“Que hable”, que sume vocabulario”; “que mejore la dicción”; “que elabore un discurso”; como una permanente escalada obstinada en privilegiar un único lenguaje.

Y nos olvidamos de toda otra forma de expresión. Quedamos obnubilados por la palabra, por el Lenguaje oral.

¿Cómo llegan estos niños a la adultez? Cómo llegamos, mejor dicho. ¿Cómo nos expresamos?

Pensemos un instante, tomémonos un momento para mirarnos.

¿Usamos nuestro cuerpo para comunicarnos? ¿Nos valemos de todas las herramientas que poseemos?

No, no nos preparan para ello. O no, al menos, aprovechando todas las posibilidades que tenemos.

Considero que somos poseedores de múltiples canales de comunicación, múltiples lenguajes, pero lamentablemente, utilizamos pocos. Y se le da todo el protagonismo al lenguaje oral.

El lenguaje oral no es el único

¡Atención! Quiero dejar claro que me parece fundamental este Lenguaje. Pero no el único. No puede ser exclusivo ni excluyente.

Todos los recursos expresivos que podamos utilizar para expresarnos nos enriquece, nos abre posibilidades en “el decir” y fundamentalmente nos permite mayor y mejor comunicación.

Un estilo de teatro

Durante algunos años de mi juventud, estudié teatro Un estilo de teatro en el que todas las escenas debían ser representadas primero corporalmente, luego podía agregarse la sonoridad de un lenguaje oral inventado, esto es: se podía entender el sentido de lo dicho por la entonación (si denotaba enojo, alegría, amor, etc). Y recién después de todo esto, si el actor era creíble por lo que representaba con su cuerpo y sonoridad, podíamos comenzar a utilizar nuestro lenguaje oral con el idioma que manejábamos.

Esta investigación expresiva reafirmo mi idea sobre todo lo que podríamos expresar, si además de hablar con las palabras, utilizáramos otros recursos de los que disponemos.

El baile del tango

Otra de mis pasiones es el baile del tango. En esta danza hay un dialogo corporal.

Si han visto bailar Tango, se habrán sorprendido de todo lo que dos personas hacen con sus cuerpos en gran proximidad, la que permite el Abrazo, danzando al ritmo de una música. Y yo puedo asegurarles que todo eso que se ve no siempre es una coreografía, es decir, movimientos estudiados y practicados para ese Tango. Sino que es posible que sea un dialogo improvisado. Dos personas que se encuentran, sin conocerse y deciden bailar juntos un Tango, se Abrazan y comienzan a dialogar con sus cuerpos. Claro que deben ambos conocer ese “idioma” del Tango, pero una vez que lo dominan es como cualquier otro idioma. Hay quien tiene más vocabulario, hay quien se expresa de modo más “poético”, hay personas más sutiles, otras más enérgicas. Hay quien se entiende mejor con uno que con otro. Pero el dialogo en esos 2 o 3 minutos que duró un Tango, se dio, fue posible porque ambos participantes conocían el lenguaje y lo pusieron en práctica.

Hablo del teatro y el baile porque son lenguajes que conozco bien. Lamentablemente, no me los enseñaron a desarrollar en mis años escolares, pero pude acercarme a ellos por una búsqueda personal.

La música, la poesía y la pintura

Estoy segura que los músicos, los artistas plásticos podrán decir mucho también al respecto.

De hecho, la mayoría de las personas, sino todas, tenemos experiencias de ser afectados por la música, por una obra de teatro, o por una pintura tal vez.

Quien no habrá dedicado un tema musical o enviado una poesía a un ser amado, porque siente que expresa mejor sus sentimientos.

Pretendo con todo lo dicho reflexionemos, respecto al lugar que le damos a todas las formas posibles de comunicación.

Sobre los niños

Vuelvo a pensar en los niños.

¿Qué pasa con el cuerpo? ¿Qué pasa con lo que puede expresar el movimiento, los gestos. ¿Qué pasa con los recursos de los que ese niño se valía, antes de poder pronunciar palabras?

Todo a muy temprana edad se centra en el lenguaje oral, en detrimento de cualquier otro.

Lo que planteo es en apariencia muy pretencioso, pero en realidad mucho más sencillo y natural

El estímulo debe ser general, amplio y abarcativo desde el comienzo de la vida de una persona. En el seno familiar pero también y muy especialmente en las escuelas.

Incluso considero, deberíamos todos dominar el lenguaje de señas.

¿Somos conscientes de nuestras posibilidades?

Pensemos en nosotros, o la mayoría de nosotros. ¿Cómo nos expresamos?

¿Intentamos una mejor comunicación con los otros? ¿Nos tomamos al menos algunos minutos para buscar mejores modos de expresarnos?

¿Aprovechamos los recursos de que disponemos, la riqueza de todos nuestros lenguajes? ¿Más aun, los conocemos? ¿Somos conscientes de nuestras posibilidades?

La comunicación con personas con “discapacidades”

Voy a referirme ahora, especial y particularmente a quienes trabajamos con personas con “discapacidades”. Conocer y desarrollar diversas formas de expresión tendría que ser prácticamente una obligación. Explorar nuestras posibilidades y las de los otros.

Descubrir el canal, la vía, de encuentro, en cada caso particular, así como en diferentes momentos tiene que ser parte de nuestro trabajo.

Cuando estamos con una persona, que por algún motivo se encuentra limitada para expresarse, cuando trabajamos con personas desmemoriadas y desorientadas, siempre la búsqueda de recursos para poner a su alcance, es fundamental.

Es este, en un primer momento, idealmente un trabajo de a dos. Es explorar juntos para encontrar la vía de comunicación más adecuada. Esas herramientas que poseemos y tal vez no utilizamos o debemos aprender a implementar. Incluso descubrir nuevos modos que desconocíamos.

Claro que para esto es fundamental en primera instancia, nuestra apertura y flexibilidad. Debemos ser capaces de tener una “escucha amplia”, ser perceptivos, tener nuestros canales abiertos para ser receptores de la expresión del otro.

Hay momentos donde tendremos que ir descubriendo cual es el modo que le está siendo más cómodo y manejable para expresarse. Y de esta manera ser nosotros capaces de tomarlo, comprenderlo y abordarlo. En otros momentos, debemos ser capaces de ofrecerle, mostrarle, abrir el abanico de posibilidades de comunicación que tenemos a disposición o que podríamos tener. Darle a elegir, que pueda probar con que forma de expresión se siente más cómodo, con cual quiere que sintonicemos, y esa será entonces, la vía que nos conecte.

Si nos encontramos ante un lenguaje que no dominamos

Tal vez es un lenguaje que no manejamos tanto, incluso que a veces no comprendemos bien, pero identificarlo ya es una llave, una gran llave de apertura a esa ventana, que puede ser pequeña, pero de grandes posibilidades. Posibilidades de retroalimentación, de que ambos aprendamos y progreseemos en la comunicación mediante lenguajes que quizás, no habíamos explorado antes.

Y si este fuera el caso, si nos encontramos ante un lenguaje que no dominamos, es nuestra apertura y flexibilidad las que deben impulsarnos a reconocerlo y pedir ayuda a otros, tal vez colegas que pueden capacitarnos, orientarnos, o también intervenir, y comunicarse mejor con esa persona. Tal vez familiares que por la cercanía afectiva pudiesen comprenderlos.

Cada persona es única, como lo es cada encuentro. No desaprovechemos esas oportunidades.

Por ello la importancia de estar abiertos a explorar, descubrir, probar, contar con los recursos que estén a nuestro alcance y personas que puedan colaborar.

El encuentro

El momento del encuentro, cuando la Comunicación realmente se produce, así sea solo un instante, una mirada, es un momento único, de gran placer. Y esto sucede más allá del contenido que se trasmite, sea este agradable o no. Porque hallar el modo de expresarse y ser comprendido, establecer el contacto y la comunicación produce gran placer para ambos intervinientes, relaja, aleja la angustia y ansiedad.

Tomando las palabras de Pietro Vigorelli, cuando esto sucede, se produce “Un momento de Comunicación Feliz”. *

El trabajo en Equipo

Podemos decir entonces que además del trabajo de Uno a Uno es fundamental el trabajo en Equipo.

No solo frente a una imposibilidad como la mencionada anteriormente, de no estar comprendiendo o hallando un modo de comunicación, sino siempre. Y muy especialmente cuando trabajamos con personas institucionalizadas, en Residencias geriátricas, Clínicas especializadas, u otras.

El trabajo en equipo es básico. El intercambio, el reflexionar juntos, el aprender de disciplinas que tal vez no dominamos, el valorar a todos los actores de esa institución, y cercanos al vínculo del paciente/residente, el crear dispositivos entre todos y diferenciados de acuerdo a la necesidad en cada caso.

Muchas veces, los egos y recelos profesionales hacen que no seamos capaces de pedir ayuda, colaboración de otros, miradas distintas, y esto obviamente perjudicará directamente al paciente/residente con el que trabajamos.

Si no hallo una vía de comunicación factible, o si no comprendo su modo de comunicación, si no logro ingresar por “esa ventanita que se está abriendo, y no pido ayuda, estoy, por un lado, desperdiciando una oportunidad única, y por otro, poniendo en riesgo a esa persona, que podría quedar aislada y excluida.

Trabajemos en equipo. Incluyamos a la familia, a cada integrante de la institución, sean o no profesionales de la salud.

Muchas veces, la persona que todos los días le sirve el desayuno a un residente, logró establecer una comunicación que otros desconocen o no consiguen.

A su vez, si sabemos de qué modo se comunica tal o cual paciente/residente, busquemos acercar, capacitar a todo el personal en esos lenguajes. No estoy diciendo que todos hagan un curso intensivo de tal o cual lenguaje, sino que se los ponga al tanto de la forma en la que la persona que nos ocupa se comunica, y de qué manera podrá obtener mejor relación con ella.

De la comunicación a la convivencia

Demás está decir que esto mejorara la convivencia. Tanto del hábitat de los residentes como del espacio de trabajo para todo el personal que pasa muchas horas allí y convive a veces con casos muy complejos. Y esto, como sabemos, puede generar, impotencia, angustia, hasta destrato por desconocimiento.

Mejorar la expresión y comunicación de todos, entre todos. Esa es mi búsqueda y me interesa difundirla.

Todos podemos expresarnos mejor, todos disponemos de una gran variedad de lenguajes.

Atrevámonos a indagar, explorar, descubrir. No importa la edad en la que comencemos, pero zambullámonos sin temor al descubrimiento.

Cuanto mayor cantidad de recursos y vías de expresión utilicemos, seremos personas más completas y podremos colaborar en formar una sociedad más inclusiva. Sociedad que necesita de todos y sin embargo muchos quedan excluidos por una mezquina incapacidad de sus actores por comprenderlos e incorporarlos.

* Pietro Vigorelli *Enfoque Capacitante. El reconocimiento de la persona con demencia a través de la palabra*. Akadia. Buenos Aires, Argentina, 2019.