

# Índice

<b>Índice de tablas</b> .....	11
<b>Índice de figuras</b> .....	13
<b>Presentación</b> .....	15
<b>I Fundamentación teórica</b> .....	17
1. El proceso de la institucionalización de un familiar con demencia .....	17
1.1. Factores que influyen en la toma de la decisión .....	17
1.2. Reacciones emocionales que surgen en los cuidadores familiares .....	22
1.3. Necesidades de los cuidadores familiares respecto a este proceso .....	26
2. Otros programas de intervención dirigidos a facilitar la adaptación .....	32
<b>II Propuesta de un programa de intervención</b> .....	37
1. Justificación del programa .....	37
2. Objetivos .....	40
3. Contenidos del programa .....	41
4. Descripción de las sesiones .....	46
<b>III Conclusiones</b> .....	75
<b>IV Referencias bibliográficas</b> .....	79
<b>V Anexos</b> .....	87
1. Dinámica “bastón social” .....	87
2. Cambios en mi red social .....	89
3. Propuestas de comunicación con mi familiar, los profesionales y otros residentes .....	91
4. Mis pensamientos disfuncionales más recurrentes .....	92
5. Autorregistro modelo ABC .....	94
6. Mis propias cualidades .....	95

7. ¿Cómo hubiera sido si nos hubiéramos quedado en casa? .....	97
8. Autorregistro "Técnica de las 5 columnas" .....	100
9. Practicando mi asertividad .....	101
10. Practicando mi relajación .....	102
11. Mis propios roles .....	103
12. Mis actividades de ocio y tiempo libre .....	105
13. Poniendo en práctica cambios para realizar actividades de ocio y tiempo libre .....	107
14. Reflexiones sobre la actividad conjunta con nuestros familiares .....	108
15. Carta de agradecimiento y de reconciliación conmigo mismo/a .....	109
16. Encuesta de satisfacción .....	110
<b>Agradecimientos</b> .....	<b>113</b>