

Índice

Índice de tablas	11
Índice de figuras	13
Presentación	15
I Fundamentación teórica	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
II Propuesta de un programa de intervención	37
1. Justificación del programa	37
2. Objetivos	40
3. Contenidos del programa	41
4. Descripción de las sesiones	46
III Conclusiones	75
IV Referencias bibliográficas	79
V Anexos	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
Agradecimientos	113