



ASOCIACIÓN MEXICANA
DE TANATOLOGÍA, A. C.

Pionera de la
Tanatología en México

MEMORIAS DEL
IX CONGRESO NACIONAL
DE TANATOLOGIA

MUERTE DIGNA
UN ABORDAJE INTEGRAL

DEL 14 AL 17 DE NOVIEMBRE DEL 2012

Centro Libanés, Cd. de México

Asociación Mexicana de Tanatología, A. C.
Insurgentes Sur 1160-3er piso, Col. Del Valle
Tels. 55-75-59-95 ó 96 E-Mail: info@tanatologia-amtac.com
www.tanatologia-amtac.com / Twitter: [@tanatologiamex](https://twitter.com/tanatologiamex)
Facebook: <http://www.facebook.com/tanatologiamex>



LA EMPATIA ANTE EL MORIBUNDO.

Autora: Ma. Virginia Gandarillas Castillejos.

Presento la siguiente conferencia teniendo como punto central la empatía, actitud básica en el acompañamiento a los enfermos en fase terminal.

Carl Rogers, fundador de la terapia centrada en la persona nos dice que “el encuentro de dos personas es más eficaz que un conjunto de técnicas...”. Y este es un desafío a la sensibilidad humana con la que nos involucramos en el estar con el enfermo y esta habilidad de involucrarnos es lo que hace eficaz el encuentro.

Su fundador nos menciona 2 enunciados y el primero de ellos es: “tenemos como seres humanos una naturaleza positiva”, con capacidad de adquirir aprendizajes significativos: a través de los conocimientos, los valores, actitudes, habilidades, nos facilitan las tareas a desempeñar al estar con una persona moribunda.

Si la persona capta estas actitudes permite se explore y desarrolle, y con ellas yo construyo el ambiente para que la persona se abra.

He experimentado:

- Que cuando actúo empática, congruente y aceptante el cambio se dará.
- Veo a la persona como un ser completo, en proceso de cambio.
- Que la persona moribunda es la protagonista en todo momento.
- Que hacen su mejor esfuerzo desde sus circunstancias externas e internas.
- No busco autoridad sobre la persona.

Actuar empáticamente es la manifestación clara del amor y para brindarlo auténticamente necesito: autoestima, auto-escucha, autoaceptación, atención física y psicológica, imaginación, conocer los sentimientos y sentirlos, no disolver nuestros yo.

La empatía es una cualidad innata o se puede aprender a través de ejercicios estructurados, con ello construir una **relación sana** en base a los valores y **significativa**: al compartir emociones y sentimientos, comprometerse, al estar abierto a vivir diferentes roles y compartir el mundo interior.

La empatía comienza al regresar la **identificación** afectiva y se realiza una especie de conocimiento afectivo, esta identificación puede ser sana o no, necesito comprender el

mecanismo por el cual soy capaz de interesarme y acortar la distancia hacia la actitud de la vida del otro.

Hay 3 niveles de empatía y existen varios pasos en el proceso empático.

Para ser verdaderamente empáticos es requisito enfocarse en sentir la **sensación** ya que es la llave a lo desconocido.

Hay que atenderlas y comprobarlas ya que al percibir las podemos dar el nombre exacto al sentimiento y emoción porque son su base, y mientras más las identifique en mi experiencia sentiré más empatía con la persona que está por morir.

Podemos echar mano de palabras claves para las sensaciones, éstas son las metáforas.

Nos hacemos o nacemos empáticos:

Mucho depende de la sensibilidad que tenemos por nuestro temperamento, de nuestra capacidad intelectual y emocional para vivirla, permitir vivirla, no anestésirla con adicciones, desensibilizándose, y de la habilidad para manejarla y confiar en ella, depende de su relación con la persona y de lo centrado que se es como persona.