

## CUESTIONARIO DE MODELOS DE ESCUCHA

### **EJERCIO DE IDENTIFICAR LA RESPUESTA ESPONTÁNEA.**

Adaptado de Fuente original: J. C. BERMEJO, *Relación de ayuda y enfermería*. SAL TERRAE, Cantabria 1.998, pag.75

### **Instrucciones:**

El objetivo de este cuestionario NO es que aciertes la respuesta empática, sino que identifiques qué tipo de respuesta sueles dar con más frecuencia, sirve para que seas consciente del tipo de respuesta que es más habitual en ti. Esto te servirá para estar atento a ello y poder articular mejor las respuestas empáticas conteniendo tu estilo natural.

Para ello, lee atentamente el caso y lo que te dice la persona a la que escuchas, después piensa la respuesta que tú le darías, y posteriormente lee las respuestas sugeridas y señala aquella que más se parece a la que tú hubieras dado.

1. Mujer de 35 años. Viene a pedir ayuda para arreglar la relación con su marido, con el que lleva 7 años casada:

***"Son ya muchos años sufriendo. Lo hemos intentado todo. Es imposible que se arregle".***

- 1.- "Lo que tienes que hacer es ser positiva y tener esperanza".
- 2.- "Tiene que ser muy duro lo que estás viviendo. Un año puede parecer un siglo cuando se está sufriendo. Todos los matrimonios pasan por periodos de crisis".
- 3.- "¿Pero qué cosas has intentado para solucionarlo?"
- 4.- "Después de tantos años tú ya has perdido la esperanza, por eso te parece imposible que se solucione".
- 5.- "Te entiendo, porque yo también he pasado por rachas malas. Ya verás como se supera".
- 6.- "Siete años de matrimonio no son muchos. Merece la pena luchar por seguir juntos".

2. Un matrimonio pide ayuda para poder convivir con la madre del marido, que lleva medio año con ellos en casa:

***"Vivir con ella es amargarnos la vida. Vamos a tener que acabar llevándole a un asilo".***

- 1.- "¡Animo!, hay que tener paciencia. Ya sabemos que las personas mayores pueden ser muy difíciles".
- 2.- "Las relaciones con los suegros y las suegras suelen ser difíciles, y más cuando viven en casa".
- 3.- "Quizás sería bueno que pasase unas temporadas en una residencia y otras en casa para que vosotros podáis descansar".
- 4.- "Es importante cuidar a vuestros mayores, aunque a veces nos cueste".
- 5.- "Veo que estáis pasando una situación difícil en casa. Tiene que ser muy duro cuando es por alguien a quien quieres".
- 6.- "¿Le habéis preguntado si a ella le gustaría vivir en una residencia?"

3. La madre de un niño de siete años nos está pidiendo ayuda porque ella "no puede con él":

***"Si yo le castigo y le pego, pero es un chico imposible".***

- 1.- "Te entiendo bien. Los niños ahora son difícilísimos. A mi me pasó también, pero luego cuando creció las cosas mejoraron mucho".
- 2.- "¿Pero le sueles levantar el castigo, o eres consecuente con lo que le has dicho?"
- 3.- "A pesar de que crees que lo has intentado todo está siendo muy duro para ti que se porte así".
- 4.- "Sería bueno que probases también a reforzar todas las cosas buenas que vaya haciendo".
- 5.- "Claro, el niño se ha podido ir acostumbrando a los castigos y ya no hace caso de nada".
- 6.- "Hombre, pegar no hay que pegar a los niños, aunque si es bueno castigarlos cuando hace falta".

4. Una mujer de 54 años viene con su hija a pedir ayuda: su marido la dejó hace año y medio y ella sigue como entonces, sin conseguir superarlo

***"Tengo que luchar por mi hija, pero el dolor y la rabia que tengo hacia él no me dejan vivir".***

- 1.- "Es muy duro que te haya dejado tu marido. Realmente tienes que estar sufriendo, y a pesar de eso tratas de sacar a tu hija adelante".
- 2.- "¿Y cómo es que él se marchó?"
- 3.- "Tienes que conseguir perdonarlo. El rencor nunca es bueno".
- 4.- "Seguro que en este año y medio has conseguido muchas cosas aunque ahora no las veas. Ya verás como consigues superarlo".
- 5.- "Para ti tu marido era todo en tu vida y ahora tienes un gran vacío, eso no te deja vivir".
- 6.- "Tienes que hacer cosas y conocer gente. Ello te ayudará a quitártelo de la cabeza".

5. Un hombre viene a pedir ayuda porque a su mujer, que ha tenido un accidente hace unos meses y se ha quedado en silla de ruedas, le ha cambiado el carácter y es muy difícil convivir con ella: **"Yo la sigo queriendo, pero así no se puede vivir. Cada día veo más claro que me tengo que separar de ella".**

- 1.- "Querer bien a alguien es muy difícil. Quizás tengas que volver a aprender a quererla".
- 2.- "¿Cómo era antes su carácter?"
- 3.- "Es normal que sientas eso, a cualquiera que nos pasase tendríamos los mismos sentimientos".
- 4.- "Por lo que me dices estáis pasando una época muy dura, hasta el punto de que la convivencia en casa se hace a veces insoportable".
- 5.- "Separarse es lo último. Ya verás como yendo al psicólogo consigues que las cosas mejoren".
- 6.- "Sería bueno que salieseis más de casa y os relacionaseis con gente".

6. Chica de 20 años. Su madre ha muerto hace un año y ella no consigue llevarse bien con su padre: **"Él intenta que yo sustituya a mi madre y me carga con todo el trabajo de la casa".**

- 1.- "Tu padre tiene que tratarte a ti como a su hija. Es muy duro, pero tiene que darse cuenta de que su mujer se ha muerto".
- 2.- "¿Has intentado que tus hermanos ayuden para que la relación entre vosotros dos mejore?"
- 3.- "Es normal que tu padre esté viviendo eso. Ya verás como con el tiempo vuestra relación mejorará".
- 4.- "Seguro que tu padre quería mucho a tu madre. Al ser tú la mayor ahora vuela ese cariño hacia ti".
- 5.- "Realmente tiene que ser duro para ti: además del sufrimiento por la pérdida de tu madre se suma lo difícil que es ahora la relación con tu padre".
- 6.- "¿Y puedes compatibilizar tus estudios con las labores de casa?"

7. Un hombre de 60 años viene a pedir ayuda porque su mujer se quiere separar de él porque ella dice que él abusa del alcohol:

**"Quizás tenga ese defecto, pero yo soy una buena persona y un buen cristiano. Yo sigo rezando, pero creo que Dios también se ha apartado de mí".**

- 1.- "Esfuércese en cambiar su comportamiento y beba menos. Ya verá como así las cosas empiezan a mejorar".
- 2.- "Usted dice que abusar del alcohol es un defecto, pero sería mucho mejor para usted que lo viese como una enfermedad y pidiese ayuda para superarlo".
- 3.- "La oración tiene que estar de acuerdo con la vida. Si no deja de beber no podrá decir que es un buen cristiano".
- 4.- "Su mujer dice que usted abusa del alcohol, pero ¿qué entiende ella por eso?"
- 5.- "Tiene que ser muy duro lo que está pasando, y más si me dice que encima siente a Dios tan lejos".
- 6.- "Por muy mal que llegase a hacer, Dios le ama siempre y está cerca de usted".

8. Mujer de 62 años. Tiene a su marido enfermo:

**"Mi marido ha trabajado siempre. Ahora el doctor dice que tiene un cáncer. Tiene solamente 60 años... Mis hijos lo saben, pero no quieren que yo se lo diga para mantener su ánimo. Yo no sé qué hacer".**

- 1.- "Es duro asumir la situación de su marido, y usted no está segura de que sea bueno decírselo a él".
- 2.- "¿Por qué no consulta al médico sobre esto?"
- 3.- "Usted se siente indecisa entre el parecer de sus hijos y el suyo, es un conflicto normal".
- 4.- "Sus hijos tendrían que pensar que un hombre tiene el derecho de ser informado de su estado de salud cuando su vida corre peligro".
- 5.- "¿Sabe cuánto tiempo le da el médico todavía?"
- 6.- "Es una prueba dura, pero ya verá cómo encontrará la solución justa en su corazón de esposa. No se angustie tanto".

**9. Mujer de 50 años: "Mi marido quiere divorciarse. Él cree que así seremos más felices. No me lo esperaba de él. Me he sacrificado mucho en estos últimos 10 años".**

- 1.- "Venga mujer! Quizás tu marido estaba un poco harto cuando te lo dijo. Seguro que todo no ha sido malo con él. Deja que pase un poco de tiempo y verás cómo todo no es tan negro".
- 2.- "Creo que los problemas económicos han influido en vuestra relación. Tú también quieres divorciarte porque no te has parado a pensar en las consecuencias".
- 3.- "Si quieres, yo puedo hablar con tu marido para intentar arreglar la situación".
- 4.- "Te sientes defraudada por tu marido, después de todo el sacrificio, no esperabas esto ¿verdad?".
- 5.- "¿Discutís mucho últimamente?".
- 6.- "¿No crees que sois un poco egoístas los dos? En el matrimonio hay que saberse perdonar en muchas cosas..."

**10. Mujer de 20 años. Soltera, embarazada. Sus padres le han echado de casa: "Preferiría morirme antes que continuar así ¡Qué habré hecho yo a Dios!".**

- 1.- "¿Tus padres te han dado alguna explicación?".
- 2.- "Estás desanimada. Crees que no te mereces tanto sufrimiento".
- 3.- "¡Venga!, esto no es más que la consecuencia de lo que te ha pasado. Tú podrías haberlo evitado".
- 4.- "Mira... estas cosas no son como antes. Ya verás cómo en unas semanas todo se arreglará".
- 5.- "Animo. Descansa un poco y verás como mañana estarás mejor. Lo que tienes que hacer es hablar cuanto antes con tus padres".
- 6.- "No te desanimes, lo que pasa es que no comprendes a tus padres porque ellos tienen motivos para sentirse así".

**PUNTUACIÓN Y CORRECCIÓN DEL EJERCICIO**

**1.- Escribir a continuación en cada cuadro el número de respuesta marcada con un círculo:**

| Caso 1 | Caso 2 | Caso 3 | Caso 4 | Caso 5 | Caso 6 | Caso 7 | Caso 8 | Caso 9 | Caso 10 |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
|        |        |        |        |        |        |        |        |        |         |

**2.- Marcar el número señalado en la gráfica anterior, con un círculo en la gráfica siguiente:**

|   | Caso 1 | Caso 2 | Caso 3 | Caso 4 | Caso 5 | Caso 6 | Caso 7 | Caso 8 | Caso 9 | Caso 10 |
|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| A | 6      | 4      | 6      | 3      | 5      | 1      | 3      | 4      | 6      | 3       |
| B | 2      | 2      | 5      | 5      | 1      | 4      | 2      | 3      | 2      | 6       |
| C | 5      | 1      | 1      | 4      | 3      | 3      | 6      | 6      | 1      | 4       |
| D | 3      | 6      | 2      | 2      | 2      | 6      | 4      | 5      | 5      | 1       |
| E | 1      | 3      | 4      | 6      | 6      | 2      | 1      | 2      | 3      | 5       |
| F | 4      | 5      | 3      | 1      | 4      | 5      | 5      | 1      | 4      | 2       |

**3.- Sumar el número de círculos de cada fila y anotar la puntuación a continuación:**

|              | Puntuación | Tipo de respuesta |
|--------------|------------|-------------------|
| Respuesta A: |            | JUICIO            |
| Respuesta B: |            | INTERPRETACIÓN    |
| Respuesta C: |            | APOYO             |
| Respuesta D: |            | INTERROGACIÓN     |
| Respuesta E: |            | CONSEJO           |
| Respuesta F: |            | EMPATIA           |