

# LA REMINISCENCIA TERAPÉUTICA: REVISITAR EL PASADO PARA VIVIR MEJOR EL PRESENTE

**Formación destinada a profesionales que acompañan a personas mayores**

Domine el arte de la reminiscencia terapéutica para enriquecer el acompañamiento de las personas mayores

<b>Duración :</b> 4 horas	<b>Módulos :</b> 4 módulos
<b>Lecciones :</b> 16 lecciones	<b>Público :</b> Profesionales del acompañamiento de personas mayores
<b>Formato :</b> 100 % en línea, asincrónico	<b>Organismo :</b> N° 11757351875
<b>Certificación :</b> Qualiopi	<b>Tarifa :</b> Bajo presupuesto

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

## Descripción de la formación

Esta formación de 4 horas permite a los profesionales comprender los fundamentos teóricos y clínicos de la reminiscencia terapéutica. Aprenderá a distinguir las diferentes formas de reminiscencia y a animar sesiones individuales o colectivas adaptadas a cada perfil. La formación integra un módulo completo dedicado al uso de las herramientas digitales DYNSEO (E-SOUVENIRS y EDITH) para implementar la reminiscencia desde el regreso a su establecimiento. Al finalizar, cada participante será capaz de integrar este enfoque en el proyecto de acompañamiento personalizado de las personas que atiende.

## Resumen de los módulos

<b>MODULE 1</b>	Comprender la reminiscencia terapéutica — fundamentos y efectos	4 lecciones
<b>MODULE 2</b>	Preparar y animar una sesión de reminiscencia	4 lecciones
<b>MODULE 3</b>	Reminiscencia y trastornos cognitivos — adaptar su enfoque	4 lecciones
<b>MODULE 4</b>	Poner en práctica con las herramientas DYNSEO	4 lecciones

## Objetivos pedagógicos

### Objetivos pedagógicos

- Comprender los fundamentos teóricos de la reminiscencia terapéutica y sus efectos documentados
- Distinguir las diferentes formas de reminiscencia y sus indicaciones específicas
- Preparar y animar sesiones individuales y colectivas de reminiscencia
- Adaptar el enfoque a personas con trastornos cognitivos
- Utilizar las herramientas digitales E-SOUVENIRS y EDITH en sesiones terapéuticas
- Integrar la reminiscencia en el proyecto de acompañamiento personalizado

## Información general

<b>Duración</b>	4 horas
<b>Público objetivo</b>	Profesionales que acompañan a personas mayores en residencias, centros de día y ayuda a domicilio
<b>Prerrequisitos</b>	Ninguno, formación accesible a todo público adulto
<b>Tarifa</b>	Presupuesto a solicitud - IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
<b>Certificación</b>	Qualiopi - Certificado de finalización de formación
<b>Organismo</b>	DYNSEO - N° de declaración de actividad: 11757351875

**Lección 1 - ¿Qué es la reminiscencia? Definición y orígenes**

- La reminiscencia como proceso natural para dar sentido a la vida
- Los trabajos fundacionales de Robert Butler (1963) sobre el balance de vida
- Reminiscencia espontánea versus reminiscencia estructurada
- Distinción entre reminiscencia simple, terapéutica y terapia de balance de vida

**Lección 2 - Los efectos terapéuticos documentados**

- Efectos sobre la identidad y autoestima: coherencia narrativa de la trayectoria vital
- Reducción de la depresión y apatía mediante el reenganche emocional
- Activación de la memoria autobiográfica y semántica
- Fortalecimiento del vínculo social a través del intercambio de recuerdos

**Lección 3 - Las diferentes formas de reminiscencia**

- Reminiscencia simple: contar recuerdos libremente sin objetivo estructurado
- Reminiscencia evocadora: uso de soportes para estimular el recuerdo
- Revisión de vida: trabajo estructurado sobre todo el recorrido vital
- Reminiscencia integrativa: aceptar las partes dolorosas para encontrar paz interior

**Lección 4 - ¿Para quién? Indicaciones, contraindicaciones y precauciones éticas**

- Perfiles que más se benefician: depresión, aislamiento, pérdida de identidad, fin de vida
- Reminiscencia con trastornos cognitivos: posible pero requiere adaptaciones
- Contraindicaciones: traumas no resueltos, estados psicóticos agudos, duelos recientes
- Precauciones éticas: no forzar el recuerdo, respetar silencios, no corregir el relato

**Lección 1 - Preparar la sesión — conocer a la persona y elegir los materiales**

- Recoger la historia de vida: persona, familia, archivos y transmisiones existentes
- Elegir temas significativos: infancia, profesión, amores, fiestas, viajes, tradiciones
- Seleccionar soportes adecuados: fotos, objetos, músicas, olores, texturas familiares
- Adaptar la estimulación al perfil cognitivo: no sobrecargar ni subestimar

**Lección 2 - La postura profesional durante la sesión**

- Escucha activa: preguntas abiertas, reformulaciones benevolentes, silencios respetuosos
- No corregir recuerdos inexactos: lo importante es la emoción vivida
- Gestionar emociones intensas: permanecer presente sin huir ni minimizar
- Cerrar positivamente: resumir, valorar, agradecer, anunciar próximo encuentro

**Lección 3 - La sesión individual — formato, duración y frecuencia**

- Formato recomendado: 20-40 minutos en espacio tranquilo sin interrupciones
- Frecuencia semanal o quincenal según objetivos y tolerancia
- Cuaderno de vida: construir juntos un soporte duradero y personalizado
- Adaptar en tiempo real: aligerar o posponer si la persona está cansada o triste

**Lección 4 - La sesión colectiva — animar un grupo de reminiscencia**

- Grupo de 4-8 personas con perfiles cognitivos similares
- Estructura: bienvenida, tema del día, intercambios libres, cierre (45-60 minutos)
- Gestionar dinámica: personas muy habladoras, silenciosas, conflictos de recuerdos
- Valorar la contribución de cada participante al enriquecimiento del grupo

**Lección 1 - La memoria autobiográfica en la demencia**

- Los recuerdos antiguos se preservan durante mucho tiempo en la demencia
- La memoria emocional permanece accesible incluso cuando los hechos se desvanecen
- Ventanas de oportunidad: aprovechar momentos de lucidez

- Evitar confrontar a la persona con sus pérdidas o imponer recuerdos dolorosos

## Lección 2 - Adaptar los soportes y el formato a los trastornos cognitivos

- Priorizar soportes sensoriales: fotos simples, objetos, músicas, olores familiares
- Acortar sesiones: 15-20 minutos máximo para demencia moderada a avanzada
- Simplificar preguntas: una a la vez, formulada positivamente, sin exigir precisión
- Validar la realidad emocional aunque el contenido sea confuso o inexacto

## Lección 3 - Documentar e integrar la reminiscencia en el proyecto personalizado

- Registrar sesiones: contenido, reacciones observadas, temas relevantes y a evitar
- Compartir observaciones con el equipo multidisciplinario
- Integrar datos de historia de vida en el proyecto de acompañamiento personalizado
- Involucrar a familias: invitarlas a traer objetos, fotos y compartir la historia

## Lección 4 - Reminiscencia y fin de vida — acompañar el balance existencial

- Balance de vida al final: necesidad fundamental según Erikson (integridad vs desesperación)
- Reminiscencia integrativa para aceptar arrepentimientos y encontrar paz interior
- Acompañar relato doloroso sin huir ni forzar a ser positivo
- El cuidador como testigo benevolente y digno de la vida del otro

### MODULE 4

### Poner en práctica con las herramientas DYNSEO

4 lecciones

## Lección 1 - E-SOUVENIRS — presentación y manejo de la herramienta

- Biblioteca de fichas temáticas ilustradas desde 1930 hasta hoy
- Temas disponibles: escuela, oficios, ocio, fiestas, alimentación, transportes, eventos
- Navegación: elegir década, seleccionar ficha, iniciar sesión en tableta o pantalla
- Parámetros de accesibilidad: tamaño de imágenes, ritmo, sonido según el perfil

## Lección 2 - E-SOUVENIRS — conducir una sesión individual y colectiva

- Individual: elegir ficha según historia conocida, observar reacción, reactivar con palabras
- Colectiva: proyectar en pantalla grande, invitar a compartir recuerdos relacionados
- Preguntas desencadenantes: "¿Lo reconocías?", "¿Tú tenías uno?", "¿Cómo era?"
- Adaptar en tiempo real: cambiar de ficha si no evoca o provoca emoción intensa

## Lección 3 - EDITH — los juegos de reminiscencia y de memoria autobiográfica

- Juegos de reconocimiento: objetos antiguos, rostros, lugares, escenas familiares
- Usar juegos como punto de partida para conversación sobre el pasado
- Juegos de categorización: estimular memoria semántica evocando recuerdos concretos
- Calibrar dificultad: elegir nivel adecuado para mantener placer sin frustración

## Lección 4 - Construir un protocolo de sesión combinando E-SOUVENIRS y EDITH

- Sesión completa de 30 minutos: bienvenida (5 min) + EDITH (10 min) + E-SOUVENIRS (10 min) + cierre (5 min)
- Alternar estimulación cognitiva y evocación emocional para variar registros
- Registrar sesiones: juegos y fichas utilizados, reacciones, temas para próximas sesiones
- Presentar protocolo a familias para que reproduzcan sesiones durante visitas

## Modalidades pedagógicas

- Formación en línea accesible 24/7 en plataforma DYNSEO
- Contenido multimedia: vídeos, documentos PDF, ejercicios interactivos
- Acceso a las herramientas E-SOUVENIRS y EDITH durante y después de la formación
- Acompañamiento por correo electrónico para preguntas durante todo el recorrido
- Evaluación de conocimientos mediante cuestionarios al final de cada módulo
- Certificado de finalización de formación entregado al completar el 100% del curso