



Técnicas de Apoyo Narrativo

Las técnicas de apoyo narrativo son habilidades que tienen por objeto apoyar la narrativa del paciente. Permiten a la persona verbalizar sus quejas, sensaciones e ideas, mediante la intervención adecuada del entrevistador.

Se dividen en:

Habilidades psicomotoras en la escucha:

- **Contacto visual**, que no debe incomodar, sino evidenciar interés.
- **Distancia entre ambos interlocutores**: espacio de privacidad, sin invadir su espacio burbuja. (proxémica).
- **Gestos y expresiones especulares**: apunta a reproducir las emociones del consultante como si fuéramos su espejo.
- **Naturalidad y clima tranquilo**: adaptación al perfil de comunicación del paciente.

Técnicas facilitadoras de la verbalización del paciente:

- **Baja reactividad**: el entrevistador permite un lapso de tiempo entre la intervención del paciente y la suya.
- **Facilitaciones**: se trata de una conducta del entrevistador, verbal o no verbal, con lo cual intenta ayudar al paciente a proseguir o iniciar su relato, sin indicar ni sugerir los contenidos del mismo. Por ejemplo decir "sí", "entonces", "aha", "mm" o mover su cabeza indicando que prosiga.
- **Silencios funcionales**: es la ausencia de comunicación verbal y tiene por finalidad proporcionar un tiempo de meditación al paciente, con el objeto de elaborar emociones o pensamientos. Cabe señalar que no todos los silencios son funcionales, hay algunos que son disfuncionales por ejemplo cuando el entrevistador no sabe como continuar con la entrevista.
- **Empatía**: es una conducta verbal o no verbal con la que se expresa solidaridad emocional, sin prejuzgar las emociones o ideas del paciente, ni desde una perspectiva ética ni ideológica.
-

Técnicas que favorecen la elaboración de percepciones, emociones o ideas:

Estas técnicas orientan la atención del paciente hacia una idea, emoción o percepción acabada de expresar, con la intencionalidad de que piense en ello o complete lo que viene expresando.

- **Frases por repetición**: consiste en repetir una palabra o frase que acaba de pronunciar el paciente con la finalidad de orientar la atención del mismo hacia aquel aspecto. Debe formularse con empatía y respeto para que tenga el efecto buscado. Ej. el paciente dice: todo esto empezó hace 3 meses. Entrevistador repite ¿ 3 meses?

