

## **UN MODELO DE INTEGRACIÓN DE LA DIMENSIÓN CORPORAL EN PSICOTERAPIA**

**autora: Ana Gimeno-Bayón Cobos**

En la presente obra se presenta una modalidad concreta de procedimientos de cambio terapéutico, a partir de la integración de la dimensión corporal a lo largo del proceso. Se enmarcan sus propuestas dentro de un modelo (la Psicoterapia Integradora Humanista) creado por la propia autora, junto con Ramón Rosal, y que lleva años aplicándose en el Instituto Erich Fromm de Psicología Humanista que ambos dirigen en Barcelona, así como también en la práctica psicoterapéutica de los profesionales formados en dicho Instituto.

En el escrito (que constituyó la tesis doctoral de la autora) se da una visión panorámica de las psicoterapias corporales, se realiza un recorrido por su historia, y se plantea una reflexión crítica sobre las mismas, analizando las ventajas e inconvenientes de los diferentes tipos de abordaje.

Esa reflexión se hace desde el contexto de una realidad social en la que, con demasiada frecuencia, aparecen posiciones que, o rechazan de plano las intervenciones psicoterapéuticas en relación con el ámbito de lo corporal, o bien reducen dichas intervenciones a la provocación de un cambio en ese área en exclusiva, confiando en la integración espontánea de aquél con los otros subsistemas que configuran la realidad humana. La intención del trabajo es la de contribuir a clarificar cómo las diferentes aportaciones realizadas desde distintos enfoques teóricos y prácticos pueden –y hasta qué punto– ser armonizadas en una forma integrada –no caótica– y ordenarse, junto con otro tipo de intervenciones, a generar, potenciar y consolidar el cambio terapéutico.

ÍNDICE

<b>Agradecimientos</b> .....	XVII
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
0.1. Objeto y estructuración del presente trabajo .....	1
0.2. El porqué del tema elegido .....	5
0.3. Metodología y fuentes utilizadas .....	6
0.4. Límites del trabajo .....	7

PARTE PRIMERA:  
**PLURALIDAD DE MODELOS PSICOTERAPÉUTICOS  
 CON ABORDAJE CORPORAL**

CAPÍTULO PRIMERO: <b>CUESTIONES PRELIMINARES</b> .....	11
<b>1.1. ACLARACIONES SOBRE LAS DISTINTAS CONCEPCIONES      DEL CUERPO</b> .....	11
<b>1.1.1. Concepciones históricas del cuerpo</b> .....	11
1.1.1.1. <u>El dualismo hindú</u> .....	13
1.1.1.2. <u>La filosofía griega</u> .....	15
1.1.1.3. <u>La tradición bíblica</u> .....	18
1.1.1.4. <u>La coexistencia de concepciones antagónicas y          diversificadas en la cultura occidental</u> .....	19
<b>1.1.2. Concepciones actuales</b> .....	28
1.1.2.1. <u>La orientación monista: Yo soy mi cuerpo</u> .....	30
1.1.2.2. <u>La Psicología Transpersonal: Yo no soy mi cuerpo</u> ....	33
<b>1.2. A QUÉ LLAMAREMOS "PSICOTERAPIAS CORPORALES",      "MÉTODOS PSICOCORPORALES" E "INTERVENCIONES      CORPORALES"</b> .....	38
<b>1.2.1. Criterios utilizados al hablar de "psicoterapias corporales" ..</b>	38
<b>1.2.2. Critrios utilizados para hablar de "métodos psicocorpora-          les" e "internvenciones corporales"</b> .....	49

CAPÍTULO SEGUNDO:

<b>ANTECEDENTES DE LAS ACTUALES PSICOTERAPIAS CORPORALES .....</b>	<b>57</b>
<b>2.1. ANTECEDENTES REMOTOS .....</b>	<b>57</b>
<b>2.2. EVOLUCIÓN RECIENTE DE LAS PSICOTERAPIAS CORPORALES OCCIDENTALES .....</b>	<b>61</b>
2.2.1. <b>Los primeros pasos .....</b>	61
2.2.2. <b>El movimiento corporeísta .....</b>	64
2.2.2.1. <u>La reflexión filosófica .....</u>	66
2.2.2.2. <u>La psicología y la antropología .....</u>	66
2.2.2.3. <u>La física y la medicina .....</u>	68
2.2.2.4. <u>La dinámica social .....</u>	71
2.2.2.5. <u>La influencia del factor religioso .....</u>	73
2.2.3. <b>Etapas de la evolución .....</b>	74
2.2.3.1. <u>Etapas del cuerpo funcional .....</u>	78
2.2.3.2. <u>Etapas del cuerpo emocional .....</u>	85
2.2.3.3. <u>Etapas del cuerpo sensual .....</u>	92
2.2.3.4. <u>Etapas del cuerpo transfuncional .....</u>	93
2.2.4. <u>Tratamiento del cáncer con visualizaciones en el Simonton Cancer Center de Los Angeles .....</u>	111

CAPÍTULO TERCERO:

**SITUACIÓN ACTUAL**

<b>3.1. LA MULTIPLICACIÓN DE PSICOTERAPIAS Y MÉTODOS PSICOCORPORALES .....</b>	<b>90</b>
3.1.1. <b>Características ideológicas del movimiento corporeísta .....</b>	102
1.3.1.2. <u>Características del movimiento .....</u>	103
<b>3.2. RELACIÓN DE MODELOS Y MÉTODOS PSICOCORPORALES PRESENTES EN LA ACTUALIDAD .....</b>	<b>110</b>
3.2.1. <u>Aportaciones sobre psicología del producto creativo .....</u>	198
<b>3.3. CLASIFICACIÓN DE LOS DIFERENTES MODELOS Y MÉTODOS DE PSICOTERAPIAS CORPORALES .....</b>	<b>139</b>
3.3.1. <b>Clasificación de Barry Green .....</b>	140
3.3.2. <b>Clasificación de Jack Painter y Michel Bélair .....</b>	141
3.3.3. <b>Clasificaciones de Richard Meyer .....</b>	144
3.3.3.1. <u>La primera clasificación .....</u>	144
3.3.3.2. <u>Las clasificaciones posteriores .....</u>	148
3.3.4. <b>Clasificación de Geneviève Liénard .....</b>	155

3.3.5. Propuesta de una clasificaiación desde nuestro modelo de <b>Psicoterapia Integradora Humanista</b> .....	162
3.3.5.1. <u>Las diferentes posibilidades de clasificaiación</u> .....	162
3.3.5.2. <u>Clasificación según el ciclo del fluir vital</u> .....	163
CAPÍTULO CUARTO:	
<b>DISTINTOS MODOS DE ENFOCAR EL CUERPO EN EL PROCESO PSICOTERAPÉUTICO. SUS VENTAJAS E INCONVENIENTES</b> .....	167
4.1. <b>EL CUERPO COMO MATERIA VIVA: LA MIRADA EXPERTA</b> .....	169
4.1.1. <b>Sentido de este enfoque</b> .....	169
4.1.2. <b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	170
4.1.2.1. <u>El Rolfing de Ida Rolf</u> .....	171
4.1.2.2. <u>El cambio Psicoterapéutico en el Rolfing</u> .....	172
4.1.3. <b>Reflexión crítica</b> .....	172
4.1.3.1. <u>Ventajas</u> .....	172
4.1.3.2. <u>Dificultades</u> .....	173
4.1.3.3. <u>Distorsión: la mirada miope</u> .....	173
4.2. <b>EL CUERPO COMO DINAMISMO ENERGÉTICO: LA MIRADA PRAGMÁTICA</b> .....	176
4.2.1. <b>Sentido de este enfoque</b> .....	176
4.2.2. <b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	179
4.2.2.1. <u>El sistema de Centros de Energía de Susana Midermann</u> .....	180
4.2.2.2. <u>El cambio psicoterapéutico en el Sistema de Centros de Energía</u> .....	183
4.2.3. <b>Reflexión crítica</b> .....	184
4.2.3.1. <u>Ventajas</u> .....	184
4.2.3.2. <u>Dificultades</u> .....	184
4.2.3.3. <u>Distorsión: la mirada desorientada</u> .....	185
4.3. <b>EL CUERPO COMO MEMORIA EMOCIONAL: LA MIRADA EMPÁTICA</b>	
4.3.1. <b>Sentido de este enfoque</b> .....	186
4.3.2. <b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	188
4.3.2.1. <u>La Bioenergética de Alexander Lowen</u> .....	189
4.3.2.2. <u>El cambio psicoterapéutico en la Bioenergética</u> .....	194
4.3.3. <b>Reflexión crítica</b> .....	198
4.3.3.1. <u>Ventajas</u> .....	199
4.3.3.2. <u>Dificultades</u> .....	199
4.3.3.3. <u>Distorsión: la mirada explotadora</u> .....	202
4.4. <b>EL CUERPO COMO ENCUENTRO: LA MIRADA CORDIAL</b> .....	202
4.4.1. <b>Sentido de este enfoque</b> .....	202

4.4.2.	<b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	205
4.4.2.1.	<u>La Psicodanza de Marian Chace</u> .....	206
4.4.2.2.	<u>El cambio psicoterapéutico en la Psicodanza</u> .....	208
4.3.3.	<b>Reflexión crítica</b> .....	209
4.4.3.1.	<u>Ventajas</u> .....	209
4.4.3.2.	<u>Dificultades</u> .....	210
4.4.3.3.	<u>Distorsión: la mirada adaptadora</u> .....	212
4.5.	<b>EL CUERPO COMO LENGUAJE: LA MIRADA COMPRENSIVA</b> .....	213
4.5.1.	<b>Sentido de este enfoque</b> .....	213
4.5.2.	<b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	218
4.5.2.1.	<u>El trabajo corporal en la Psicoterapia de la Gestalt de Fritz Perls</u> .....	219
4.5.2.2.	<u>El cambio psicoterapéutico en el trabajo corporal de... la Psicoterapia de la Gestalt</u> .....	221
4.5.3.	<b>Reflexión crítica</b> .....	226
4.5.3.1.	<u>Ventajas</u> .....	226
4.5.3.2.	<u>Dificultades</u> .....	228
4.5.3.3.	<u>Distorsión: la mirada dogmática</u> .....	229
4.6.	<b>EL CUERPO COMO SABIDURÍA: LA MIRADA INTUITIVA</b> .....	230
4.6.1.	<b>Sentido de este enfoque</b> .....	230
4.6.2.	<b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	234
4.6.2.1.	<u>El Focusing de Eugène Gendlin</u> .....	235
4.6.2.2.	<u>El cambio psicoterapéutico en el Focusing</u> .....	239
4.6.3.	<b>Reflexión crítica</b> .....	246
4.6.3.1.	<u>Ventajas</u> .....	246
4.6.3.2.	<u>Dificultades</u> .....	247
4.6.3.3.	<u>Distorsión: la mirada crédula</u> .....	248
4.7.	<b>EL CUERPO COMO LUGAR DE TRANSCENDENCIA: LA MIRADA AL TRASLUZ</b> .....	249
4.7.1.	<b>Sentido de este enfoque</b> .....	249
4.7.2.	<b>El cambio psicoterapéutico desde este enfoque</b> .....	253
4.7.2.1.	<u>La utilización la meditación Zen como psicopatoterapia</u> .....	259
4.7.2.2.	<u>El cambio psicoterapéutico en la meditación Zen</u> .....	260
4.7.3.	<b>Reflexión crítica</b> .....	261
4.7.3.1.	<u>Ventajas</u> .....	261
4.7.3.2.	<u>Dificultades</u> .....	262
4.7.3.3.	<u>Distorsión: la mirada despectiva</u> .....	265

PARTE SEGUNDA  
**UNA MODALIDAD DE INTEGRACIÓN DE LA DIMENSIÓN CORPORAL**

CAPÍTULO QUINTO

LA INTEGRACIÓN DEL CUERPO EN EL PROCESO

PSICOTERAPÉUTICO .....	269
<b>5.1. LA TENDENCIA INTEGRADORA EN PSICOTRAPIA .....</b>	<b>269</b>
<b>5.1.1. El movimiento integrador .....</b>	<b>269</b>
5.1.1.1. <u>Necesidad de una integración</u> .....	269
5.1.1.2. <u>Surgimiento y pujanza del movimiento integrador</u> .....	271
5.1.1.3. <u>Una profusión de propuestas</u> .....	276
<b>5.1.2. Las dificultades de la integración .....</b>	<b>279</b>
<b>5.1.3. El movimiento integrador en relación con las psicoterapias y metodologías corporales. Distintas prácticas de integración: aportaciones de James I. Kepner .....</b>	<b>293</b>
<b>5.2. LA INTEGRACIÓN DE LA DIMENSIÓN CORPORAL A PARTIR DE UN MODELO PROCESUAL EN LA PSICOTERAPIA INTEGRADORA HUMANISTA .....</b>	<b>296</b>
<b>5.2.1. El modelo de la Psicoterapia integrada Humanista .....</b>	<b>296</b>
5.2.1.1. <u>Presupuestos metateóricos</u> .....	297
5.2.1.2. <u>Principios teóricos</u> .....	303
5.2.1.3. <u>Principios psicoterapéuticos</u> .....	305
5.2.1.4. <u>Planteamientos metodológicos</u> .....	309
<b>5.2.2. Momentos significativos del ciclo del fluir vital y sus bloqueos, dispersiones y distorsiones .....</b>	<b>311</b>
<b>5.2.3. Principios, metodología y criterios de elección del tipo de intervención corporal en los diferentes problemas .....</b>	<b>315</b>
5.2.3.1. <u>Diez principios básicos</u> .....	315
5.2.3.2. <u>Metodología</u> .....	317
5.2.3.3. <u>Descripción de un ejemplo de integración de la dimensión corporal en Psicoterapia Integradora Humanista .....</u>	<b>319</b>

PARTE TERCERA  
**INVESTIGACIÓN EMPÍRICA**

CAPÍTULO SEXTO  
INVESTIGACIÓN EMPÍRICA

<b>6.1. LA PRIMERA INVESTIGACIÓN EMPÍRICA</b> .....	325
6.1.1. <b>Los preliminares: planteamiento de la investigación</b> .....	325
6.1.2. <b>Sujetos del primer experimento</b> .....	336
6.1.3. <b>Materiales</b> .....	339
6.1.4. <b>Método</b> .....	342
6.1.4.1. <u>Realización del xperimento</u> .....	342
6.1.4.2. <u>Tratamiento del material</u> .....	346
6.1.5. <b>Resultados</b> .....	349
6.1.6. <b>Discusión</b> .....	361
<b>6.2. SEGUNDO EXPERIMENTO</b> .....	366
6.2.1. <b>Planteamiento</b> .....	366
6.2.2. <b>Sujetos del experimento</b> .....	380
6.2.3. <b>Materiales</b> .....	381
6.2.3.1. <u>Elección de materiales</u> .....	381
6.2.3.2. <u>Confección del material</u> .....	385
6.2.4. <b>Método</b> .....	389
6.2.5. <b>Resultados</b> .....	390
6.2.5.1. <u>Hipótesis primera</u> .....	391
<b>CONCLUSIONES</b> .....	449
<b>A) Conclusiones respecto a la parte primera</b> .....	449
<b>B) Conclusiones respecto a la parte segunda</b> .....	454
<b>C) Conclusiones respecto a la parte tercera</b> .....	456
ANEXO I: CUESTIONARIOS DE INTERVENCIONES EN PSICOTERAPIA INTEGRADORA HUMANISTA CON INTEGRACIÓN DE LA DIMENSIÓN CORPORAL .....	459
ANEXO II: CUESTIONARIOS UTILIZADOS EN EL SEGUNDO EXPERIMENTO .....	495
ANEXO III SEGUNDO EXPERIMENTO ESCALA TIPO LIKERT: ESULTADOS POSTEST .....	504
ANEXO IV SEGUNDO EXPERIMENTO. ESCLA TIPO LIKERT: COMPARACIÓN ENTRE GRUPOS (primera sesión) .....	520

ANEXO V	DIFERENCIAL SEMÁNTICO. COMPARACIÓN PRETEST- POSTEST .....	536
ANEXO VI	SEGUNDO EXPERIMENTO, DIFERENCIAL SEMÁNTICO: COMPARACIÓN ENTRE GRUPOS (primera sesión) .....	574
ANEXO VII	SEGUNDO EXPERIMENTO, DIFERENCIAL SEMÁNTICO: COMPARACIÓN ENTRE GRUPOS (segunda sesión) .....	583
<b>ÍNDICE DE CUADROS</b>	.....	<b>593</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b>	.....	<b>595</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	.....	<b>597</b>