

PRESENTACIÓN DEL LIBRO
PSICOTERAPIA INTEGRADORA HUMANISTA.
**Manual para el tratamiento de 33 problemas psicosensoresiales,
cognitivos y emocionales**
autores: Ana Gimeno-Bayón Cobos y Ramón Rosal Cortés
Editorial: Desclée de Brouwer , 2001 (469 pp)

Muchas veces el profesional de la psicología clínica puede hacer un buen diagnóstico sin problemas, pero éstos hacen su aparición cuando éste acaba y se encuentra con la pregunta **AY ahora ¿qué hago?@,** o sea **¿qué clase de intervención puedo suscitar para suscitar el cambio terapéutico?**

Son escasos **B**hasta ahora- los libros que abordan directamente el tema de la psicoterapia de una manera práctica para el profesional de la misma. El presente va dirigido a los profesionales (psicólogos o psiquiatras) para intentar responder a aquella pregunta mediante la descripción precisa de métodos de intervención según el conflicto a afrontar. De la lista de más de cien problemas que se contemplan en el modelo, el libro se concentra en treinta y tres. De cada uno de ellos se hace una descripción fenomenológica, una interpretación, unas pistas para su identificación, y una amplia gama de posibilidades de intervención que a los autores se les han revelado como eficaces a lo largo de su experiencia profesional.

Deliberadamente se ofrecen propuestas diversificadas ante cada problema (procedentes de la tradición gestáltica, psicodramática, analítico-transaccional, psicocorporal, de fantasía guiada, etc.) con la finalidad de ofrecer sugerencias variadas para que cada psicoterapeuta elija las que le resultan más adecuadas a sus conocimientos, experiencia o especialización y -sobre todo-sirvan de estímulo a su propia creatividad.

A pesar de esa finalidad básicamente pragmática, el libro no es un recetario. Por ello la primera parte está destinada a la exposición teórica de los fundamentos del modelo, en el que se perfila su vocación de insertarse en el marco de una corriente integradora que -más allá de los conflictos entre las diferentes escuelas- pretende dar prioridad a las necesidades concretas de los protagonistas de la psicoterapia, sin descuidar la elaboración conceptual de los criterios de elección de un determinado tipo de procedimiento dentro de una construcción teórica clara, unitaria y coherente.

ÍNDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN Y ADVERTENCIAS PRELIMINARES

PARTE I: CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE PERSONALIDAD Y PSICOTERAPIA

1.MARCOS DE REFERENCIA DEL MODELO

1.1.Perspectiva holista y sistémica: la Teoría General de los sistemas de L. von Bertalanffy

- 1.1.1. Características holista y sistémica de nuestro modelo
- 1.1.2. Orígenes y fundamentos de la Teoría General de los Sistemas
- 1.1.3. Manifestaciones de las aplicaciones psicopatológicas de la T.G.S. en nuestro modelo terapéutico
- 1.1.4. Presupuestos sistémicos de los principales modelos que integramos
- 1.1.5. Consecuencias de la adopción de una concepción sistémica en relación con la psicoterapia

1.2.Perspectiva existencial

- 1.2.1. Introducción
- 1.2.2. Afinidades teóricas
 - 1.2.2.1. Abordaje de la experiencia de la angustia
 - 1.2.2.2. Revalorización del sentimiento de culpa sana diferenciándolo de la neurótica
 - 1.2.2.3. Importancia del significado que cada persona da a sus experiencias y circunstancias (*Eigenwelt*)
 - 1.2.2.4. Psicodinámica existencial
 - 1.2.2.5. Finalidad de la psicoterapia
- 1.2.3. Afinidades metodológicas
 - 1.2.3.1. Actitud idiográfica y otras actitudes del terapeuta existencial
 - 1.2.3.2. La experiencia de un encuentro auténtico entre dos personas reales
 - 1.2.3.3. Una comprensión genética, además de empática

1.3.Perspectiva constructivista

- 1.3.1. El acercamiento constructivista a la realidad
- 1.3.2. Consecuencias psicoterapéuticas de la adopción de la visión constructivista .
 - 1.3.2.1. Coincidencias en cuanto a la meta de la psicoterapia
 - 1.3.2.2. Coincidencias en cuanto al manejo de la relación terapéutica
 - 1.3.2.3. Coincidencias en cuanto a las estrategias terapéuticas

2.UNA PSICOTERAPIA METODOLÓGICAMENTE INTEGRADORA

2.1.Actitud integradora en las psicoterapias humanistas

2.2.Tipos de eclecticismo o niveles de integración

2.3.Síntesis del modelo

- 2.3.1. Presupuestos metateóricos
- 2.3.2. Principios teóricos
- 2.3.3. Principios psicoterapéuticos
- 2.3.4. Planteamientos metodológicos

2.4. Selección de autores y criterios integrados presentada en once diagramas

3.LA PSICOTERAPIA ENTENDIDA COMO SUPERACIÓN DE LOS OBSTÁCULOS DEL VIVIR CREATIVO

3.1.La creatividad del producto psicoterapéutico: la personalidad creadora

3.1.1.Introducción: Características principales de un producto creativo y una personalidad creadora

3.1.1.1.Características principales de un producto creativo

3.1.1.2.Características principales de una personalidad creadora

3.1.2.Los trastornos psicológicos como estilos anticreativos

3.1.3.Manifestaciones de la novedad creativa en los cambios Bo productos- terapéuticos

3.1.4.La personalidad creadora como meta de la psicoterapia. Correlación entre creatividad y autorrealización

3.2.La creatividad del proceso terapéutico: reconstrucción intuitiva de la experiencia

3.2.1.Introducción sobre psicología del proceso creador

3.2.1.1.Las fases del proceso creador

3.2.1.2.Tipos de pensamiento implicados en el proceso creador

3.2.2.De la investigación centrada en los resultados a la investigación centrada en el proceso, y en especial en los mecanismos de cambio

3.2.3.Actividad mental del paciente en la sesión de terapia

3.2.4.Relevancia del hemisferio cerebral derecho en el proceso de cambio terapéutico

3.3.La creatividad en la situación terapéutica: el encuentro profundo

3.3.1.Introducción sobre psicología de la situación creadora

3.3.1.1.Rollo May: El acto creador como encuentro

3.3.1.2.Paul Matussek: El encuentro con el sí mismo como situación creadora

3.3.2.El encuentro psicoterapéutico interpersonal e intrapersonal como situación creadora en psicoterapia

3.3.3.Actitudes del terapeuta facilitadoras del encuentro

3.3.4.Cualidades de las intervenciones facilitadoras del encuentro

4.ACCESO HUMANIZADO A LA PERSONALIDAD SINGULAR DEL PACIENTE Y A SUS PROBLEMAS

4.1.El protagonista de la terapia y la relación terapéutica .

4.1.1.La persona que demanda la ayuda terapéutica

4.1.2.Las peculiares motivaciones y aspiraciones de la persona

4.1.3.Relevancia de la relación interpersonal terapéutica

4.1.3.1.La relación terapéutica, núcleo del proceso

4.1.3.2.Peculiaridades de la relación, según las características del cliente

4.1.3.3.Aportaciones al desarrollo de la relación terapéutica de los diferentes modelos

4.2.El proceso del fluir vital y los problemas psicopatológicos del mismo

4.2.1.Fases del ciclo de la experiencia

4.2.2.El ciclo como modelo de solución de problemas

4.2.3.Ciento dos problemas por bloqueo, dispersión o distorsión de la energía del fluir vital

Fase 10: Receptividad sensorial

Fase 20: Filtración de las sensaciones

Fase 30 ó 40: Identificación cognitiva

Fase 40 ó 30: Identificación afectiva

Fase 50: Valoración

Fase 60: Decisión implicadora

Fase 70: Movilización de recursos

Fase 80: Planificación

Fase 90: Ejecución de la acción

Fase 100: Encuentro

Fase 110: Consumación

Fase 120: Relajamiento

Fase 130: Relajación

4.3.El contexto global

4.3.1.El marco de la demanda del cliente

4.3.2.El momento de la terapia

4.3.3.El marco de la etapa evolutiva en que el cliente se encuentra

4.3.4.El marco cultural del cliente

4.3.5.El marco del conjunto del proyecto vital

PARTE II: METODOLOGÍA TERAPÉUTICA APLICADA PARA EL TRATAMIENTO DE 33 PROBLEMAS

5.RECEPTIVIDAD SENSORIAL

5.1.Formas de bloqueo

5.1.1.Mundo de sensaciones pobre

5.1.2.Bloqueo externo deliberado: supresión de información sensorial concreta

5.1.3.Bloqueo interno: pérdida de contacto parcial o total con las sensaciones

5.1.4.Bloqueo interno: falta de contacto generalizado con el mundo sensorial

5.1.5.Bloqueo interno corporal funcional

5.1.6.Carencia de algún sentido orgánico

5.2.Formas de dispersión

5.2.1.Dispersión externa: exceso de estímulos ambientales

5.2.2.Dispersión interna: labilidad corporal

5.3.Formas de distorsión

5.3.1.Prejuicio sensorial

5.3.2.Distorsión por aglutinación anormal o por alucinación

6.FASE 20. FILTRACIÓN DE SENSACIONES

6.1.Formas de bloqueo

6.1.1.Falta de atención a elementos que aportan información relevante

6.1.2.Problemas en el umbral sensorial: hipoestesia

6.2.Formas de dispersión

6.2.1.Atención dispersa

6.2.2.Malestar difuso

6.2.3.Problemas en el umbral sensorial: hiperestesia

6.3.Formas de distorsión

6.3.1.Filtración al servicio de la confirmación del marco de referencia

7. FASE 30 Ó 40. IDENTIFICACIÓN COGNITIVA

7.1.Formas de bloqueo

7.1.1.Bloqueo de pensamiento

7.1.2.Duda

7.2.Formas de dispersión

7.2.1.Caos, confusión

7.3.Formas de distorsión

7.3.1.Confusión dentro-fuera

7.3.2.Confusión entre pensamientos y sentimientos

7.3.3.Falsa identificación

7.3.4.Introyección-prejuicio

7.3.5.Proyección de una situación del pasado

7.3.6.Proyección de deseos o temores

8.FASE 40 Ó 30. IDENTIFICACIÓN AFECTIVA

8.1.Formas de bloqueo

8.1.1.Emociones prohibidas

8.2.Formas de dispersión

8.2.1.Conflicto entre distintas emociones

8.3.Formas de distorsión

8.3.1.Falsa identificación por confusión cinestésica

8.3.2.Falsa identificación por proyección en el presente de una situación pasada

8.3.3.Descontrol emocional

8.3.4.Aprendizaje distorsionado de la vivencia emocional

8.3.5.Desplazamiento de la afectividad hacia otros niveles de personalidad

8.3.6.Distorsión como consecuencia de una falsa identificación

cognitiva

ANEXOS

- Anexo I: Gráfico de la dinámica del proceso emocional
- Anexo II: Gráficos para la educación emocional
- Anexo III: Descripción de dos fantasías guiadas
- Anexo IV: Gráfico de casos atendidos en el Instituto Erich Fromm de Psicología Humanista

VOCABULARIO

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ÍNDICE DE GRÁFICOS

ÍNDICE DE TÉCNICAS

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TÉCNICAS PSICOTERAPÉUTICAS DESCRITAS

Adiós a las facultades perdidas
Alfabetización emocional
Análisis del cuento favorito de la infancia
Apoyarse en la acusación
Bloqueo (Exploración del)
Cebolla (Técnica de la)
Centramiento en el "aquí y ahora"
Cinco ventanas para mirar la vida
Como si
Concentración (Técnicas de)
Conflicto con el cuidador
Contención corporal
Continuum de conciencia (para el diagnóstico)
Contrato de control social
Contrato de no-suicidio (con implicación psicocorporal)
Convertir la angustia en miedo
Descontaminación de deseos y temores
Descontaminar el rol sexual
Deshaciendo confluencias.
Desidentificación respecto a las características del sujeto
Despedida (La)
Despidiéndose del pasado
Despejar un espacio
Diálogo con el síntoma (a)
Diálogo con el síntoma (b)
Diálogo de las tres zonas
Diálogo con el cuerpo
Diálogo con el Ayo anciano@
Diferenciación espacial
Dos pantallas
Duelo
Educación emocional
Educar a un bebé
Ejercicios corporales expresivos
Encuentro y paseo con un Padre Nutricio ideal
Entrevista al padre (a)
Entrevista al padre (b)
Escenas-clave de la infancia
Esculpiendo mis emociones
Espejo (Técnica del)
Estatua de uno mismo
Exploración de los sentidos
Explosión protegida de la rabia
Fantasía de la obra de teatro
Fiesta del malestar
Fluir desde el movimiento
Folio favorito
Frasas "aquí y ahora" (para el diagnóstico)
Frasas inacabadas
Guión de "Después"

Hablarle a un hijo
Hiperventilación (problemas por)
Injerto de Padre
Integración de emociones en conflicto (PNL)
Integración de emociones en conflicto (*Gestalt*)
Intercambio de roles (a)
Intercambio de roles (b)
Lentificación del movimiento
Líneas del tiempo
Marciano
Meditación de la burbuja
Modelo ideal (Fantasía del)
Moviola (Técnica de la)
Neutralización de juegos de poder
Niño bueno-Niño malo
Observador imparcial
Pase la máscara
Peor día de la infancia (EI)
Perdón (Trabajo con el)
Polaridades
Polaridades emocionales
Polaridades expresivas
Preguntas gestálticas
Preguntas sobre la evidencia
Primeras adaptaciones (Las)
Proyección de situación del pasado (Trabajo con)
Psicodanza de los cuatro animales
Reconciliar a los niños
Recuerdos entrometidos
Redacción de un cuento de animales
Redefinición del síntoma
Reparentalización según la Escuela de Cathexis
Reparentamiento puntual
Reproducción psicodramática de la escena traumática
Reunión de padres
Revisión del pasado
Rol fijo
Ronda (Hacer la)
Sé una cámara
Síntesis de opuestos
Submodalidades (Trabajo con)
Subpersonalidades
Sueños (Análisis Psicoenergético de)
Sueños (Trabajo gestáltico con)
Sumergirse
Superación de la co-dependencia
Teatralización de la escena-clave de bloqueo corporal
Tienda abandonada y casa de empeño
Tratamiento para las fobias de P.N.L.
Tres sillas (Técnica de las)
Variación del ámbito de conveniencia de un constructo
Veinte deseos
Visita al sabio .