

2. CRITERIOS DE LA ESTRUCTURA O SISTEMA DE NUESTRA FORMACIÓN DE POSTGRADO

2.1. Consideraciones previas

- a) Hasta el curso 2000-2001, durante quince cursos, nuestra formación se componía de tres bloques de doscientas horas, todas ellas presenciales. A partir del curso 2001-2002, pasamos a la modalidad mixta presencial y a distancia, habiendo comprobado un nivel superior en el resultado de los exámenes
- b) Presentamos el plan de formación tal como se viene realizando desde 2001-2002. Los bloques I y II, con modalidad mixta presencial y a distancia, permiten obtener, si se superan los cuatro exámenes (aparte de haber respondido a 220 preguntas de trece cuestionarios) el Diploma de Máster en Psicoterapia Integradora Humanista. A los que desean poder vincularse a la APIH, y a través de ella a la FEAP, se les requiere que cursen (y se examinen) el bloque III, con 20 créditos más (cuyos contenidos admiten algunas variaciones). Además, la APIH y la FEAP piden otros requisitos: período de supervisión, prácticas, etc.
- c) Nuestra formación de postgrado ha sido reconocida por la FEAP como válida – junto con otros requisitos sobre prácticas y supervisión – para poder integrarse en la FEAP (Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas).

2.2. Estructura del modelo

Nuestro modelo se halla estructurado teniendo en cuenta los siguientes criterios:

- a) Que es un modelo integrador de otros modelos, en diferente medida (vid. síntesis de fuentes de las que bebe en Gimeno-Bayón y Rosal 2001, pp. 86-99), puesto que de algunos asume la práctica totalidad del mismo, mientras que de otros tan sólo aspectos puntuales.
- b) Que la complejidad que por ello el mismo adquiere nos lleva a una sistematización de su enseñanza teórica en la que se ofrezcan, en primer lugar, los elementos centrales que van a vertebrar el modelo, para posteriormente ir matizando y enriqueciendo este núcleo básico.
- c) Que, al tratarse de un modelo experiencial, la formación teórica, debe ir necesariamente vinculada a una experiencia práctica que se realiza a través de la incorporación del alumno a un proceso de psicoterapia personal en el que se incluye una parte grupal, para que pueda trabajar sus propios temas relacionados con la adquisición de habilidades para una buena relación interpersonal (como elemento indispensable para la práctica de nuestro modelo) y a la vez contemplar el trabajo terapéutico con muchos otros temas y síndromes y estilos de personalidad.

Por ello, la organización de nuestro programa de formación, se articula en la siguiente forma:

Un PRIMER BLOQUE en modalidad mixta presencial y a distancia, en el que:

1. En primer lugar, se ofrece el marco teórico dentro del cual situar todo el resto de los contenidos metateóricos, epistemológicos y antropológicos de nuestra formación, a través de la asignatura Introducción a las psicoterapias humanistas

A continuación, se les propone el estudio de los modelos de los que integramos una proporción muy relevante, tanto de teorías como de estrategias o técnicas.

2. A la hora de otorgar un orden al estudio de éstos, ofrecemos en primer lugar la asignatura de Psicoterapia con Análisis Transaccional, ya que este modelo (por su claridad de conceptos como por capacidad de actuar como mapamundi cognitivo tanto en relación con la teoría de la personalidad y la psicopatología, como del proceso terapéutico) permitirá a los alumnos relacionar con él y entre sí el contenido de las demás asignaturas. Se trata, pues, de facilitar que adquieran una cierta seguridad y nitidez en la visión global del proceso, a la vez que empiezan a comprender la diferenciación de estrategias en base a los síndromes y trastornos de personalidad del cliente.
3. Sigue el aprendizaje de otro de nuestros grandes modelos integrados, bien distinto que el anterior, y que entendemos como complemento necesario del mismo, por su énfasis en los aspectos dinámicos y emocionales del proceso psicoterapéutico, y por la potencia de sus recursos para el cambio (que resultarían pobres si se limitaran a los recursos básicamente cognitivos del modelo anterior). Se trata de la Psicoterapia de la Gestalt tan marcadamente compatible con el anterior modelo que en la práctica el 80% de los psicoterapeutas analítico-transaccionales la integran. Por la dificultad para los alumnos de captar sus conceptos más escurridizos y su ausencia de pautas concretas para la práctica de la misma, la situamos cuando ya tienen un esqueleto obtenido en la anterior asignatura en el que pueden apoyarla con tranquilidad.
4. La siguiente asignatura, titulada Relación terapéutica lleva a los alumnos a reflexionar acerca del aspecto a nuestro juicio más básico y delicado de la psicoterapia: la relación terapeuta-cliente. Esta asignatura está centrada en la comprensión y desarrollo, por parte de los alumnos, de las actitudes rogerianas, si bien se ofrece en la versión sumamente operativa del postrogeriano Egan (con el consabido trabajo práctico destinado a la adquisición de habilidades), y en las aportaciones de la Psicopatología Vincular. Aunque esta asignatura merecería ser colocada como la que iniciase el ciclo de estudio de los modelos que integramos, hemos preferido dejarla para este momento porque la impaciencia típica del alumno por adquirir conocimientos sobre “qué hacer” para vencer su ansiedad e inseguridad ante los diferentes casos hipotéticos que se plantea, impediría que volcase la energía que se merece este tema. Una vez saciada el hambre inicial, puede ahora el alumno dedicar una atención cualificada a los contenidos de la misma.
5. Por último, este primer año, concluye con el estudio de la primera parte de la asignatura Psicoterapia Integradora Humanista, dedicada a recoger los elementos estudiados en las otras asignaturas e integrarlos en la práctica, mediante el aprendizaje de los presupuestos teóricos que subyacen a esa integración, así como al estudio de las primeras fases del proceso propuesto por nuestro modelo y la

práctica de intervenciones adecuadas para superar algunos de los problemas que aparecen en estas primeras fases. En ella se informa sobre posibles procedimientos para el tratamiento de treinta y tres problemas que pueden presentarse en diferentes trastornos de personalidad, o trastornos de ansiedad, de estado del ánimo, etc.

Un SEGUNDO BLOQUE en modalidad mixta presencial y a distancia, de profundización en nuestro modelo, que:

Se inicia con dos asignaturas que no tienen como objeto un modelo concreto, sino el aprendizaje de técnicas de diferentes modelos a los ya estudiados y que podemos integrar sin incoherencia para dotar de una mayor eficacia a la psicoterapia. Se trata de acceder a una mayor comprensión de los subsistemas somático e imaginario, para aplicar técnicas de intervención muy típicas de la Psicología Humanista y de eficacia demostrada en las que estos dos subsistemas vienen siendo objeto de especial atención.

1. Así, en la asignatura de Técnicas psicocorporales en un enfoque integrador, se trazan las líneas maestras de lo que significa la integración de la dimensión corporal en psicoterapia, y de algunos los grandes modelos de psicoterapia corporal (Bioenergética, Biosíntesis, y especialmente el *Focusing* de Gendlin), así como se practican y aprenden diferentes técnicas, con las que situar complementar y enriquecer las intervenciones con implicación corporal que ya habían aparecido a lo largo de la formación.
2. El estudio de Técnicas con imágenes y fantasía en psicoterapia, al igual que en el caso anterior, consiste en el aprendizaje de los presupuestos que subyacen a la aplicación correcta de las intervenciones psicoterapéuticas con trabajos centrados en la imaginación y a la experimentación práctica de algunas de ellas. Y también aquí se recurre a diferentes modelos que, sin necesidad de integrarlos en su totalidad, han suministrado abundante material de trabajo, para tomar de ellos una gran cantidad de recursos perfectamente compatibles con nuestro modelo, y aplicables tanto al psicodiagnóstico como a la provocación del cambio terapéutico.
3. En este segundo bloque, y dada la posibilidad de que algunos de los alumnos dediquen parte de su actividad profesional al trabajo con grupos psicoterapéuticos, hemos incluido la asignatura de Psicoterapia Grupal, en el bien entendido de que casi se puede considerar que ha ido teniendo un tratamiento transversal a lo largo de las otras asignaturas, puesto que muy frecuentemente se ha hecho alusión a la aplicación de los diferentes modelos y técnicas de intervención al ámbito grupal. Ahora bien: en esta asignatura se aborda en forma sistematizada todo lo que afecta al encuadre, proceso y manejo de grupos terapéuticos y que no ha salido con anterioridad. Igualmente se dan pautas de integración de algunas de las estrategias e intervenciones ya aprendidas, en esta variante grupal. Especialmente importante en esta asignatura es la práctica desde el rol de psicoterapeuta que, si bien se da en todas las asignaturas, en ésta reviste una especial relevancia por la mayor ansiedad que suele despertar en los alumnos, y que puede ser trabajada a lo largo del encuentro presencial.
4. A continuación se ofrece la asignatura de Ética Psicológica Humanista, que implica una profundización teórico-práctica en una serie de actitudes humanas que se correlacionan con el crecimiento psicológico personal o proceso de

autorrealización. Constituye una reflexión en vistas a la sensibilización de la conciencia ética en la línea del concepto de Ética Humanista de Erich Fromm.

Tanto para el tratamiento terapéutico de trastornos que bloquean o distorsionan la capacidad valorativa –entre ellos los veinte trastornos que identificamos en nuestro modelo- como de aquellos pacientes cuya meta no se reduzca a la curación de trastornos psicológicos, sino además, a la profundización en su crecimiento personal o autorrealización, vemos conveniente que los candidatos a ejercer la psicoterapia en nuestro modelo aborden la reflexión sobre los valores implicados en el proceso psicoterapéutico. Ello les llevará a captar los aspectos más profundos del cliente y a una revisión y autoevaluación de los que el propio alumno posee.

5. Terminamos este segundo curso con el estudio teórico-práctico de la segunda parte de la asignatura Psicoterapia Integradora Humanista, en la que se reflexiona sobre las restantes fases del proceso según nuestro modelo (en concreto sobre sesenta y nueve problemas que se suelen presentar en diferentes síndromes y trastornos de personalidad), y se aprenden y practican técnicas de intervención especialmente apropiadas para los problemas que aparecen en ella. También en esta asignatura se tratan cuestiones específicas que no han sido abordadas en otros programas y que son propias de la profesión y del proceso: deontología profesional, derivaciones, supervisión, dinámica y materiales a utilizar en primeras entrevistas, evaluaciones del proceso, realización de informes psicodiagnósticos, etc.

Los que cumplan satisfactoriamente los requisitos de asistencia, entrega de cuestionarios y superan satisfactoriamente los cuatro exámenes de los dos primeros bloques reciben el Diploma Máster en Psicoterapia Integradora Humanista.

Un TERCER BLOQUE, totalmente presencial (que a veces será parcialmente simultaneado con alguno de los otros dos bloques por lo que respecta a la psicoterapia personal) de las materias que se indican a continuación –y algunas otras posibles en el futuro- que tienen el carácter de profundización en programas anteriores. Salvo los programas 1 y 2, obligatorios en nuestra Asociación, las restantes materias son optativas hasta cursar un mínimo de 200 horas. De este modo, en este bloque, pasamos a:

1. La inmersión más directa en la experiencia de vivir como cliente (o paciente) el proceso psicoterapéutico que se estudia en los otros dos bloques, a través de la Práctica de Psicoterapia Grupal, en el que el alumno podrá, como antes se dijo, además de contrastar sus habilidades para las relaciones interpersonales y trabajar las carencias que tenga en este ámbito, observar problemáticas y tipos humanos muy variados, el manejo de estas problemáticas por parte de terapeuta, y colaborar en su solución, como miembro del grupo.
2. La realización, como mínimo, de veinte horas de Psicoterapia individual, que le ayuden a comprender en qué consiste estar como cliente (o paciente) en psicoterapia, conocerse mejor, trabajar en forma focalizada sus problemas específicos y/o promocionar su propio crecimiento personal, que sin duda contribuirá a su crecimiento como psicoterapeuta.

3. La profundización en la práctica del Enfoque corporal, o Focusing del rogeriano Gendlin, del que ya se había realizado un avance en el curso anterior. Esta práctica permitirá incorporar algunas herramientas básicas del mismo como metodología habitual de la sesión terapéutica, dada la eficacia que las mismas han mostrado para ayudar (tanto al cliente como al terapeuta) a profundizar en el encuentro mediante esta especie de “escucha rogeriana del cuerpo” y del contenido inconsciente o preconscious del discurso implícito en el mismo.
4. Si bien en cada una de las asignaturas ofrecidas a lo largo de la formación se estudian diferentes casos clínicos a la luz de cada una de ellas (entre otros los que aparecen en los respectivos cuestionarios), ahora se ofrece una reflexión sobre la práctica psicoterapéutica concreta y los problemas que cada caso comporta (así como a las diferentes estrategias que utilizan los profesionales y las dificultades que viven en su día a día con el cliente y los recursos con los que las afrontan), desde una perspectiva global, integrada y detallada a través de la asignatura de Casos clínicos, con la exposición, comentario y debate del tratamiento de distintos tipos de trastornos psicológicos. La asignatura, además, está impartida por diferentes terapeutas, para que puedan observar la aplicación del modelo desde diferentes estilos terapéuticos.
5. La asignatura titulada Cuestiones de Psicología Existencial, en la cual se ofrecen contenidos destinados a comprender la especificidad del momento vital de cada persona y los interrogantes profundos que ese momento le plantea de cara a la consecución de su proyecto existencial, las diferentes etapas evolutivas y los problemas y retos que comportan, empezando por la comprensión de uno mismo desde esta perspectiva global para que el alumno pueda vivir y ayudar como profesional a vivir, una vida llena de sentido.

Si bien con todos estos contenidos podemos dar por concluida nuestra oferta de una formación global, metódica y completa a los futuros psicoterapeutas, la realidad que nos rodea nos incita a mirar con especial atención algunas de sus áreas más vulnerables y susceptibles de atención psicoterapéutica. Por ello, también hemos querido preparar a nuestros alumnos para:

6. Profundizar, a través de la asignatura Psicoterapia de Pareja en una de las problemáticas sociales más acuciantes en que estamos inmersos y a buscar recursos que como profesional le puedan ayudar a solventar esa problemática si en el futuro trabaja como psicoterapeuta de pareja, y a comprender y tener en cuenta las dinámicas inherentes a la misma como terapeuta individual, si se limita a esta modalidad de intervención, puesto que indefectiblemente parte de los temas a abordar guardarán relación con aquélla.
7. Otra asignatura de este bloque está destinada, al igual que la anterior, a formar a los alumnos sobre un tema específico al que pueden aspirar como especialización profesional con adolescentes o al que, en otro caso, tendrán que abordar desde otros ángulos tarde o temprano, a través del tratamiento de padres de adolescentes que viven con dificultad los desafíos que sus hijos les plantean. A prestar una atención especial a este área está dedicada la asignatura de Psicoterapia con adolescentes.
8. Dado el interés cada vez más creciente por el desarrollo espiritual y la relevancia que está adquiriendo la Psicología Transpersonal (denominada la “Cuarta Fuerza”

en la Psicología norteamericana), ofrecemos un curso dedicado a ésta. En él se pretende señalar las corrientes más importantes de la misma y abordar algunas de las cuestiones que se prestan a introducir confusión en el campo de la psicoterapia o a una vivencia insana de la espiritualidad, diferenciándolas de aquellas que contribuyen a una sana madurez personal.

9. Una última asignatura sobre Psicología cultural diferencial de los colectivos de inmigrantes, destinada a la comprensión de las particularidades que las psicoterapias con inmigrantes presentan, tanto por lo específico del proceso migratorio, como por algunos trastornos psicológicos directamente relacionados con el mismo. E igualmente, al estudio de las variantes culturales que condicionan la relación terapéutica y la adecuación o inadecuación de la aplicación de determinadas estrategias y técnicas para el logro de una mayor eficacia.