



Intervención Experiencial

Índice General

**Pilar Sanjuán Suárez
Dr. Carlos Alemany
Macarena López Anadón
Mentxu Martín-Aragón
Josep Santacreu**

Capítulo I. Psicología Gestalt

Pilar Sanjuán Suárez

A. Contenidos Teóricos

Guion Esquema

Objetivos

1. Introducción
2. Nacimiento de la terapia Gestalt: FRITZ PERLS
3. Principales influencias en terapia Gestalt
 - 3.1. La psicología de la Gestalt
 - 3.2. El psicoanálisis
 - 3.3. Las corrientes orientales
 - 3.4. Fenomenología y Existencialismo
 - 3.5. El teatro y el psicodrama
4. Conceptos básicos en terapia Gestalt
 - 4.1. El "darse cuenta"
 - 4.2. Concepción holística y sistémica
 - 4.3. Valoración del "aquí y ahora"
 - 4.4. Importancia de la experiencia
 - 4.5. Énfasis en la responsabilidad
 - 4.6. El ciclo de satisfacción de necesidades
 - 4.7. Las resistencias
 - 4.8. El cuerpo y las emociones
 - 4.9. Polaridades
 - 4.9.1. Conflictos entre distintas partes del self
 - 4.9.2. El autoconcepto
 - 4.10. Los asuntos inacabados
 - 4.11. Contacto y retirada
 - 4.12. La neurosis
 - 4.12.1. Capas de la neurosis

5. Técnicas de terapia Gestalt
 - 5.1. Técnicas para mejorar el estilo comunicativo
 - 5.2. Técnicas para aumentar la conciencia
 - 5.3. Técnicas para integrar aspectos conflictivos
 - 5.4. Técnicas que facilitan el contacto con la emoción
 - 5.5. Técnicas para trabajar los sueños
6. Eficacia de las técnicas Gestálticas
7. La relación terapéutica
8. Tipos de terapia Gestalt y áreas de aplicación

Bibliografía

B. Material Complementario

Mapas Conceptuales

Glosario

Casos Clínicos

Lecturas Recomendadas

Actividades Facilitadoras

Autoevaluación

Capítulo II. Psicoterapia orientada con Focusing: aportaciones del método experiencial

Dr. Carlos Alemany
Macarena López Anadón
Mentxu Martín-Aragón
Josep Santacreu

A. Contenidos Teóricos

Descriptores:

Guion Esquema

Objetivos

1. Introducción: las terapias corporales
2. La creación de la Psicoterapia Experiencial
 - 2.1. ¿Quién es Gendlin?
 - 2.2. El experiencing como paradigma para una meta-teoría de la terapia
 - 2.2.1. Antecedentes filosóficos
 - 2.2.2. La teoría experiencial del cambio terapéutico y sus conceptos fundamentales
 - 2.3. La dimensión social de la terapia experiencial: De la crítica del narcisismo a ser creadores de patrones y preparar a los individuos para una nueva sociedad
 - 2.4. Conclusiones
3. ¿Es la Psicoterapia Experiencial apropiada para todo el mundo?
 - 3.1. Para quiénes resulta apropiada
 - 3.2. Para quiénes NO resulta apropiada
4. De la escala experiencial a Focusing
5. Focusing como herramienta terapéutica
 - 5.1. ¿Qué es Focusing?
 - 5.2. Los seis pasos de Focusing
 - 5.2.1. Primer paso: Despejar un espacio

- 5.2.2. Segundo paso: Formar la sensación-sentida
- 5.2.3. Tercer paso: Conseguir un asidero (o permitir que se exprese)
- 5.2.4. Cuarto paso: Resonar (o comprobar)
- 5.2.5. Quinto paso: Hacer preguntas
- 5.2.6. Sexto paso: Terminar (Recibir)
- 5.3. Las responsabilidades del cliente y terapeuta
- 5.4. ¿Qué ganarían los clientes de terapia aprendiendo Focusing?
- 6. ¿Sensación Sentida o emoción? Parecidos y diferencias
 - 6.1. Introducción
 - 6.2. Emoción
 - 6.2.1. ¿Qué son las emociones?
 - 6.2.2. Clasificación de las emociones
 - 6.2.3. La dinámica emocional
 - 6.3. La Sensación Sentida
 - 6.3.1. ¿Qué es la Sensación Sentida?
 - 6.3.2. Características de la Sensación Sentida
 - 6.4. Parecidos y diferencias
 - 6.4.1. ¿En qué se parecen?
 - 6.4.2. ¿En qué se diferencian?
- 7. Evaluación de procesos experienciales
 - 7.1. La escala experiencial y sus medidas
 - 7.2. El cuestionario post-focusing 2
 - 7.3. El cuestionario de focusing visual
- 8. Aplicaciones de Focusing: áreas de trabajo y de investigación
 - 8.1. Focusing realizado por niños
 - 8.1.1. El Focusing de María
 - 8.1.2. Un focusing con mi hijo en el día a día
 - 8.2. Focusing y Espiritualidad
 - 8.2.1. Relaciones entre Focusing y espiritualidad
 - 8.2.1.1. La mirada al interior
 - 8.2.2. El papel de la vivencia: Experiencing
 - 8.2.3. El papel del cuerpo

- 8.2.4. El trabajo de la conciencia (del darse cuenta...)
- 8.2.5. El focusing, como la espiritualidad es un proceso humano, humanizador y humanista
- 8.2.6. Especificidades del Focusing en relación a la espiritualidad
- 8.2.7. Aplicaciones espirituales del Focusing
- 8.2.8. Estado de la cuestión
- 8.3. Focusing y sueños
- 8.4. Focusing y T.A.E.
- 8.5. Focusing en Educación (Colegios infantil, primaria, ESO y Bachillerato).
- 8.6. Wholebody Focusing
 - 8.6.1 Definición de Wholebody Focusing
 - 8.6.2. Premisas de Wholebody Focusing
 - 8.6.3. Conceptos básicos de Wholebody Focusing
 - 8.6.4. Los seis pasos de Wholebody Focusing en la persona que está enfocando
 - 8.6.5. Diferencias entre una sesión de Focusing y una sesión de Wholebody Focusing
 - 8.6.6. Puntos de confluencia de Focusing y Movimiento con Wholebody Focusing
- 9. Focusing integrado con otros enfoques terapéuticos
 - 9.1. Focusing y Gestalt
 - 9.2. Focusing y Psicodrama
 - 9.3 Posibilidades en una terapia conjunta Focusing-Cognitiva
 - 9.4. Focusing y Bioenergética
- 10. A modo de conclusión

Bibliografía

[B. Material Complementario](#)

Mapas Conceptuales

Glosario

Casos Clínicos

Actividades Facilitadoras
Autoevaluación
Fuentes de información

Capítulo III. Psicoterapia Bioenergética de A. Lowen

Antonio Núñez (Univ. de Comillas)

A. Contenidos Teóricos

1. Descriptores
2. Esquema Resumen
3. Objetivos del Capítulo
4. Contenidos
 - 4.1 Evolución Histórica de Reich a Lowen
 - 4.2 Principios del enfoque Corporal- emocional
 - 4.2.1 El Cuerpo o Soma
 - 4.2.2 La Mente o psique, y la energía
 - 4.2.3 La respiración energética
 - 4.2.4 Sentimientos y pensamientos
 - 4.2.5 El lenguaje del cuerpo
 - 4.3. ¿Qué es la Bioenergética Emocional?
 - 4.3.1 Salud y enfermedad
 - 4.3.2 Orientación primaria y secundaria
 - 4.3.3 Autoexpresión
 - 4.4 Estructuras Bioenergéticas del Carácter
 - 4.4.1 El carácter esquizoide
 - 4.4.2 El carácter oral
 - 4.3.3 El carácter masoquista
 - 4.4.4 El carácter psicópata psicopático
 - 4.4.5 El carácter rígido
 - 4.5 Psicoterapia Analítica Bioenergética
 - 4.6 Práctica: Ejercicios de Bioenergética
 - 4.6.1 Vibración y Motilidad
 - 4.6.2 Sexualidad: Ejercicios Sexuales
 - 4.6.3 Autorregulación y Auto expresión

4.6.4 Ejercicios Standard

4.6.5 El Masaje

5. Conclusión

Bibliografía

B. Material Complementario

Glosario

Mapas Conceptuales

Casos Clínicos

Grabaciones

Lecturas Recomendadas

Actividades Facilitadoras y Autoevaluación

Fuentes de información

Apéndice 1: Respuestas a las 15 preguntas sobre la validez científica del Análisis Bioenergético

Apéndice 2: La eficacia del Análisis Bioenergético como método de psicoterapia

Apéndice 3: El nuevo valor terapéutico de la catarsis

Apéndice 4: La espiritualidad del cuerpo

Apéndice 5: El narcisismo como psicopatología caracterial

Apéndice 6: Bioenergética y Focusing

Apéndice 7: Correlación Bioenergética-Eneagrama

Apéndice 8: Fotos de diversos autores

Apéndice 9: Algunas reflexiones sobre los procesos de la energía en el organismo

Apéndice 10: Lectura Corporal