

FICHA DE ASIGNATURA

Título: Trabajo Terapéutico con las Emociones

Descripción:

A lo largo de la asignatura se van a transmitir algunos conceptos básicos sobre el modo cómo trabajar psicoterapéuticamente con las emociones, desde la perspectiva de las Terapias Experienciales. Más concretamente desde los modelos de la Terapia Gestalt y la Terapia Focalizada en las Emociones. Para llevarlo a cabo utilizaremos dos recursos fundamentales. Primero, la exposición de ciertos conceptos teóricos necesarios para poder crear una base en la que sustentar la práctica. Segundo, distintas experiencias prácticas que ayudaran a entender mejor los fundamentos teóricos. Nuestro objetivo básico con este tipo de metodología docente es la integración de teoría y práctica. Para tratar de conseguirlo haremos también un especial hincapié en el concepto de psicoterapia como proceso. También en la necesidad de que practiquéis experiencialmente, en primera persona, es decir que experienciéis por vosotros mismos los conceptos y prácticas expuestos. Requisito que consideramos imprescindible para poder realizar un buen trabajo psicoterapéutico como profesionales.

Carácter: Optativa

Créditos ECTS: 6

Contextualización:

Los objetivos propios de la asignatura *Trabajo Terapéutico con las Emociones* son:

- Transmitir ciertos recursos básicos que os permitan iniciaros en el trabajo terapéutico con las emociones.
- Aprender conceptos básicos tanto de la Terapia Gestalt como de la Terapia Focalizada en las Emociones.
- Integrar conceptos teóricos con la práctica a través de distintas experiencias.

Modalidad Online

Temario:

Parte 1: Terapia Focalizada en las Emociones.

1.- Introducción.

- 1.1.- Presentación de la asignatura.
- 1.2.- Objetivo de la asignatura

2.- Características básicas que comparten las terapias Experienciales.

- 2.1.- Compromiso con el modelo fenomenológico.
- 2.2.- Compromiso con la experiencia o “experiencing”.
- 2.3.- Holismo.
- 2.4.- Creencia en la existencia de cierta forma de tendencia actualizadora o de crecimiento.
- 2.5.- Creencia en la capacidad humana para la autodeterminación.
- 2.6.- Todas ellas se centran en la persona.
- 2.7.- Pluralismo.

2.8.- Presencia y autenticidad.

3.- ¿Qué es la TFE?

3.1.- Introducción.

3.2.- Aspectos básicos.

4.- ¿Qué es la empatía?

4.1.- Definiciones de la empatía.

4.2.- Aplicación de la empatía.

5.- ¿Qué son las emociones?

5.1.- Aspectos básicos.

5.2.- Formas de respuestas emocionales.

6.- ¿Cómo trabaja la TFE?

6.1.- Conceptos teóricos básicos.

6.2.- Qué es lo que escucha el terapeuta experiencial focalizado en el proceso.

6.2.1.- Microprocesos del cliente.

6.3.- El concepto formulación del caso desde las terapias experienciales

6.4.- Integración teoría-práctica

6.4.1.- Cuadro marcadores Intenciones y acciones del terapeuta

6.4.2.- Cuadro marcadores Fases de la Terapia Focalizada en las Emociones.

6.4.3.- Comentarios, ejemplos y pautas: Extracto transcripción sesión terapia

Parte 2: Terapia Gestalt

7.- Introducción histórica e influencias

8. Bases teóricas

8.1.- El modelo de campo organismo/entorno

8.2.- La autorregulación orgánica y el contacto

8.3.- El ajuste creativo y la agresividad sana

8.4.- El *self* y sus funciones

8.5.- El proceso de contacto

8.5.1- Fases del proceso de contacto

8.5.2- El paso de lo fisiológico a lo psicológico y la emergencia de la emoción

8.5.3- Las modalidades de contacto.

9. La práctica terapéutica

9.1. La sesión de terapia como marco experiencial

9.2. La atención al momento presente

9.3. El diagnóstico fenomenológico

9.4. El uso del sí mismo del terapeuta

9.5. Las técnicas

Competencias:

COMPETENCIAS GENERALES

CG.1.- Familiarizarse con el enfoque de las psicoterapias experienciales.

CG.2.- Conocer aspectos básicos de la Terapia Focalizada en las Emociones (TFE)

CG.3.- Conocer aspectos básicos de la Terapia Gestalt.

CG.4.- Introducirse en la dinámica terapéutica experiencial.

CG.5.- Familiarizarse con el concepto de terapia como proceso.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA

- CE.1.- Aprender a crear las condiciones necesarias que facilitan el proceso psicoterapéutico.
- CE.2.- Aprender a crear un vínculo seguro con el paciente. La relación T/P como elemento terapéutico.
- CE.3.- Ejercitar la empatía en sentido amplio dentro del contexto de terapia.
- CE.4.- Reconocer cómo los pacientes interrumpen la excitación en el proceso de contacto.
- CE.5.- Darse cuenta de nuestros procesos internos como terapeutas.
- CE.6.- Aprender a sostener las emociones en psicoterapia.
- CE.7.- Entender el self y sus funciones.
- CE.8.- Aprender a llevar la sesión al momento presente.

Actividades Formativas:

Actividad Formativa	Horas	Presencialidad
Clases Teóricas	16	80
Sesiones de discusión y debate	6	30
Tutorías	20	80
Seminarios	6	100
Actividades Guiadas	12	100
Trabajo en grupos	36	0
Exámenes	4	100
Trabajo autónomo del alumno	200	0

Metodologías docentes:

Desarrollo en video de los contenidos más relevantes de la materia.

Clases magistrales participativas por videoconferencia.

Chats y Foros: Interacciones escritas entre docentes y estudiantes para el desarrollo de temas específicos sobre las lecciones magistrales.

Tutorías individuales y colectivas por videoconferencia

Comunidades de aprendizaje: Puesta en común y discusión de lecturas y reflexiones en torno al material para la realización de tareas y

Examen

Sistema de Evaluación:

Sistemas de evaluación	Ponderación mínima	Ponderación máxima
Evaluación continua. Participación durante las clases, seminarios y actividades guiadas	0.0	15.0
Evaluación continua. Foros	0.0	15.0
Evaluación continua. Tareas del portafolio	0.0	40.0
Evaluación continua. Pruebas referidas a estándares	0.0	30.0

Bibliografía:

Aleman, C. (Ed.) (2007) *Manual práctica del focusing de Gendlin*. Bilbao, Desclée de Brouwer.

Elliot, R., Watson, J.C., Goldman, R.N., Greenberg, L.S. (2007, 3ª Edic.) *Learning Emotion Focused Therapy. The Process-Experiential Approach to Change*. Washington, American Psychological Association.

Gendlin, E.T. (1997) *Focusing. Proceso y Técnica del Enfoque Corporal*. Bilbao, Mensajero.

Greenberg, L. (2000) *Emociones una guía interna. Cuáles sigo y cuáles no*. Bilbao, Desclée de Brouwer, Serendipity.

Greenberg, L.S., Rice, L.N., Elliot, R. (1996) *Facilitando el cambio emocional. El proceso terapéutico punto por punto*. Barcelona, Paidós.

Greenberg, L., Paivio, S. (2000) *Trabajar con las emociones en Psicoterapia*. Barcelona, Paidós.

Greenberg, L.S., Elliot, R., Pons, A. (2007) *Emotion-Focused Therapy: An overview. European Psychotherapy*, vol.7 nº1, pág. 19-39.

Lapeyronnie-Robine. B., *Revista Figura-Fondo*, nº 15, primavera 2004. Recuperado de <http://gestaltnet.net/documentos/para-una-desubicación-de-las-emociones>

Perls, F.S., Hefferline, R., Goodman, P. (1951) *Terapia Gestalt. Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Sociedad de Cultura de Valle-Inclán, Los libros del CTP. Edición original 1951, traducción al castellano 2005. Se puede ver una reseña del libro en

<http://gestaltnet.net/documentos/terapia-gestalt-excitación-y-crecimiento-de-la-personalidad-humana>

Rosenfeld, E. *Entrevista a Isadore From*. *The Gestalt Journal*, volumen 1, nº 2, 1978. Recuperado de <http://gestaltnet.net/documentos/entrevista-isadore>

Tolan, J. (2003) *Skills in Person-Centred Counselling & Psychotherapy*. London, Sage Publications.