



Intervención  
Psicoterapéutica

Una propuesta integradora.  
La psicoterapia como práctica narrativa

Índice General

Alberto Fernández Liria  
Beatriz Rodríguez Vega

## A. Contenidos Teóricos

### 1. *Conceptos generales*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. Introducción

2. Definiciones de Psicoterapia

3. Historia del movimiento hacia la integración

3.1. Eclecticismo técnico

3.2. Integración teórica

3.3. Factores Comunes

3.4. Las narrativas como marco para la integración

4. Constructivismo y narrativas

4.1. El constructivismo y el construccionismo social

4.2. Las narrativas

4.3. Las narrativas: Un nivel diferente para la integración

5. El terapeuta como experto en conversación

5.1. El movimiento integrador

5.2. Constructivismo y Psicoterapia

6. La psicoterapia como práctica narrativa

6.1. Una definición de narrativas

6.2. Por qué las narrativas

6.3. La psicoterapia desde las narrativas

6.4. Terapeuta y paciente en la óptica de las narrativas

7. El rol del terapeuta

## *2. El proceso psicoterapéutico (I)*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. Introducción

2. Indicación de una intervención psicoterapéutica

3. Fases iniciales

3.1. Objetivos

3.1.1. Evaluación y formulación para la planificación

3.1.2. Construcción de la alianza de trabajo

3.1.3. Contrato

3.2. Tareas

3.2.1. Exploratorias

3.2.2. Explicación o interpretación de prueba

3.2.3. Definición de los roles de terapeuta y paciente

3.3. Problemas

4. El proceso de formulación

4.1. ¿Cuál es la queja?

4.2. ¿Cómo se ha producido la consulta?

4.3. ¿Cuál es el problema (o problemas)?

4.4. ¿Cómo, cuándo y con quién se pone(n) de manifiesto?

4.5. ¿Cuál es la secuencia de emociones, ideas, comportamientos y relaciones que implica?

4.6. ¿Por qué se perpetúa(n)?

4.7. ¿Cómo se originó históricamente?

4.8. ¿Qué facilitó su aparición o facilita su mantenimiento?

4.9. ¿Qué puede facilitar el cambio?

4.10. ¿Cuál es la actitud respecto al cambio del paciente?

4.11. ¿Cuáles son las expectativas respecto a la consulta?

4.12. ¿Cuáles son los objetivos planteables para la terapia?

4.13. ¿Cuáles son los medios de que vamos a valernos para conseguir cada uno de ellos?

- 4.14. ¿Qué curso de la terapia prevemos?
- 4.15. ¿Qué dificultades prevemos?
- 4.16. ¿Qué contrato proponemos?

### *3. El proceso psicoterapéutico (II)*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. Introducción
2. Construcción de pautas-problema
  - 2.1. ¿Qué es una pauta-problema?
  - 2.2. La pauta-problema se construye con el paciente
3. Construcción de pautas problema desde la historia biográfica personal
  - 3.1. ¿Cuándo es preferible construir la pauta desde esta posición?
  - 3.2. ¿Qué conceptos y habilidades son más útiles para construir la pauta desde la historia biográfica personal?
    - 3.2.1. El concepto de defensa
    - 3.2.2. Transferencia y contratransferencia
    - 3.2.3. Triángulos del conflicto y de las personas
    - 3.2.4. Tema Nuclear del Conflicto Relacional
    - 3.2.5. Modelos de relación de roles
    - 3.2.6. Diagramas deseo-temor. Configuraciones de modelos de relación de roles
    - 3.2.7. Problemas interpersonales
    - 3.2.8. Problemas existenciales
    - 3.2.9. El concepto de resistencia
    - 3.2.10. El concepto de interpretación
    - 3.2.11. Desarrollo evolutivo
    - 3.2.12. La emoción en la óptica biográfica
  - 3.3. ¿Qué papel desempeña el terapeuta en la construcción de la pauta desde la historia biográfica personal?
    - 3.3.1. Neutralidad versus "abogacía"
    - 3.3.2. Facilitador de la experiencia emocional constructiva
  - 3.4. ¿Qué formato es preferible para trabajar con pautas definidas desde la historia biográfica personal

4. Construcción de pautas problema desde el pensamiento
  - 4.1. ¿Cuándo es preferible construir una pauta problema desde el pensamiento?
  - 4.2. ¿Qué conceptos y habilidades son mas útiles para construir la pauta desde el pensamiento
    - 4.2.1. Esquema, supuestos básicos, pensamientos automáticos, mecanismos defectuosos de procesamiento de la información
    - 4.2.2. Uso de registros
    - 4.2.3. El ABCDE de Albert Ellis
    - 4.2.4. Autoinstrucciones
    - 4.2.5. Inoculación del estrés
  - 4.3. ¿Qué papel desempeña el terapeuta en la construcción de la pauta construida desde el pensamiento?
    - 4.3.1. El empirismo colaborador
    - 4.3.2. La actitud socrática
  - 4.4. ¿Qué formato es preferible para trabajar con pautas definidas el pensamiento?
    - 4.4.1. Individual/grupal
    - 4.4.2. Autoayuda

## *4. El proceso psicoterapéutico (III)*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. Pautas construidas desde la conducta

1.1. ¿Cuándo es preferible construir una pauta problema desde la conducta?

1.2. ¿Qué conceptos y habilidades son más útiles para construir la pauta desde la conducta?

1.2.1. Condicionamiento clásico

1.2.1.1. Exposición progresiva: Desensibilización sistemática (DS)

1.2.1.2. Exposición prolongada no progresiva: Implosión, inundación, exposición in vivo con prevención de respuesta

1.2.2. Condicionamiento operante

1.2.2.1. Técnicas para el establecimiento de conductas nuevas

1. Modelamiento

2. Encadenamiento

1.2.2.2. Técnicas para incrementar nuevas conductas

1. Reforzamiento positivo

2. Control estimular (control de contingencias)

1.2.2.3. Técnicas para reducir conductas inadecuadas

1. Castigo positivo

2. Coste de respuesta

3. Extinción (retirada de atención)

4. Tiempo fuera

5. Sobrecorrección

1.2.3. Entrenamiento en habilidades sociales

1.3. ¿Qué papel desempeña el terapeuta en la construcción de las pautas definidas desde la conducta?

1.4. ¿Qué formato es preferible para trabajar con pautas definidas desde la conducta?

2. Pautas construidas desde el sistema de relaciones y creencias
  - 2.1. ¿Cuándo es preferible construir la pauta- problema desde el sistema de relaciones y creencias?
  - 2.2. ¿Qué conceptos y habilidades son más útiles para construir la pauta desde el sistema de relaciones?
    - 2.2.1. La circularidad
    - 2.2.2. Las preguntas y la forma de preguntar
    - 2.2.3. Localización de secuencias interactivas
    - 2.2.4. La historia familiar
    - 2.2.5. El crecimiento relacional. El equilibrio entre la diferenciación y la conexión. Los límites
    - 2.2.6. Cuestiones de poder y de estatus. La jerarquía en la familia
    - 2.2.7. La reformulación, la construcción de metáforas y la prescripción de rituales
    - 2.2.8. Acuerdo de objetivos
    - 2.2.9. Género
    - 2.2.10 Cultura
  - 2.3. ¿Qué papel desempeña el terapeuta en la construcción de pautas definidas desde el sistema de relaciones y creencias?
  - 2.4. ¿Qué formato de terapia es más útil en la construcción de la pauta desde el sistema de relaciones y creencias?



## *5. El proceso psicoterapéutico (IV)*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. ¿Qué es el cambio?
2. El cambio se produce a través de la conversación terapéutica
  - 2.1. Estrategias generales: Factores Comunes
  - 2.2. Estrategias integradoras de acompañamiento y guía de la narrativa del paciente
  - 2.3. Estadios de cambio
  - 2.4. Tipos de cambio, niveles, organización y contexto significativo de definición del problema
    - 2.4.1. Tipos de cambio
    - 2.4.2. Niveles, organización y contexto de definición del problema
3. Técnicas transformativas
  - 3.1. Técnicas de acompañamiento verbales y no verbales
    - 3.1.1. Utilización de un lenguaje sensorial
    - 3.1.2. Utilización de un lenguaje vago
    - 3.1.3. Articulación experiencial
    - 3.1.4. Utilización de técnicas de bio-rapport
    - 3.1.5. Metacomunicación
  - 3.2. Técnicas transformativas verbales
    - 3.2.1. Entrevista interventiva
    - 3.2.2. Microprácticas transformativas
    - 3.2.3. Metáforas
    - 3.2.4. Distancia/Intromisión evolutiva en el ciclo vital
  - 3.3. Técnicas transformativas no verbales
    - 3.3.1. Transformaciones en el espacio
    - 3.3.2. Transformaciones en el tiempo
    - 3.3.3. Transformaciones en aspectos concretos de la trama de la historia: causalidad, interacción, valores, emociones

3.4. Transformaciones en la manera de contar la historia

3.4.1. Instrumentalización del terapeuta

3.4.2. Rituales

## *6. El proceso psicoterapéutico (V)*

Índice

Guión-Esquema

Objetivos Didácticos

1. Fase de terminación

1.1. Objetivos

1.2. Tareas

1.3. Dificultades

2. Salvar las dificultades ¿La resistencia?

## *Bibliografía*

### *B. Material Complementario*

Glosario

Mapas Conceptuales

Casos clínicos

Actividades Facilitadoras

Autoevaluación

Ejercicios sobre Casos Clínicos