

CONSTRUYENDO MI ESTILO TERAPÉUTICO



Guía reflexiva para psicólogos terapeutas.

Serie. De Una Terapeuta para Terapeutas, Guía No 1.

Adriana Sofía Silva Silva



Centro de Formación Clínica y Psicosocial
NIT. 9011430990



©Adriana Sofía Silva Silva, 2023
Editorial Filigrana Caribe, 2023

Sello editorial Centro de Formación Clínica y Psicosocial S.A.S
Primera Edición (Colombia) mayo 2023.
Serie: Una Terapeuta para Terapeutas, No. 1
filigranacaribe@gmail.com

ISBN: 978-958-52077-2-2

Se permite el uso del material para procesos de formación de psicólogos y terapeutas.



INTRODUCCIÓN

Esta guía denominada Construyendo mi Estilo Terapéutico, es producto de la sistematización de la experiencia clínica, de supervisión e investigación de la autora, se convierte en una guía reflexiva que ayudará a los psicólogos que se dedican a la psicoterapia a revisar aspectos inherentes tales como las habilidades terapéuticas, los significados sobre el ser terapeuta y hacer psicoterapia y finalmente pensar en cuál es su estilo terapéutico.

Es una guía interactiva, donde los links los llevan a los formatos de talleres a realizar y lecturas complementarias.

Los psicólogos que están iniciando el ejercicio de la psicoterapia lo encontrarán muy útil, para una revisión inicial de las habilidades terapéuticas que necesitan fortalecer, así como activar los procesos reflexivos intra e interpersonales y los psicólogos terapeutas con más experiencia, tendrán en esta guía una oportunidad de fortalecer sus competencias terapéuticas y reflexionar la práctica clínica.

Para los psicólogos que son docentes y supervisores del área clínica, ofrece una posibilidad de insertar en la formación clínica, otros niveles de la psicoterapia más allá de la enseñanza de un modelo o técnica en particular.

Para los psicólogos y personal de salud, que conforman equipos terapéuticos, se convierte en una guía completa que facilitará el proceso de supervisión y fortalecimiento de capacidades técnicas.

“La responsabilidad del terapeuta es funcionar como persona, esto es, conservarse básicamente humano. Este es su triunfo”

Minuchin, S y Nichols, M. (1993)



INTRODUCCIÓN

Esta guía ha sido organizada en tres niveles reflexivos, para permitirles un proceso paulatino de construcción de su estilo terapéutico, partiendo de la identificación de habilidades terapéuticas, reflexionando sus significados sobre el ser terapeuta y hacer psicoterapia y finalmente intentar responder a la pregunta ¿Cuál es mi estilo terapéutico?

Para iniciar con este tema resulta importante partir de que todo proceso de psicoterapia comienza cuando una persona, pareja, familia o grupo, posee algún tipo de dificultad o problema psicológico, emocional, relacional, mental o necesita algún tipo de orientación que no esté relacionado con un malestar psicológico en específico, busca algún tipo de ayuda en el psicoterapeuta, quien se supone que en primer lugar ha recibido entrenamiento en métodos terapéuticos y cuenta con una experiencia en este campo.

Durante este proceso que denominamos psicoterapia, es importante tener en cuenta los múltiples elementos, que van desde la comunicación verbal y no verbal, los manejos de los silencios, el establecimiento de la relación interpersonal entre terapeuta y pacientes, y los modelos de intervención que cada terapeuta maneje, es decir, su forma muy particular de aplicar lo que sabe hacer como terapeuta, profesional en salud mental y talento humano en salud.

TABLA DE CONTENIDO

Definición de Estilo Terapéutico	6
¿Podemos hablar de Estilos Terapéuticos?	8
Identificación de Habilidades Terapéuticas	10
Listado de Chequeo de Habilidades Terapéuticas	11
Intermedio: Algunas reflexiones desde la experiencia y ¿qué es la psicoterapia?	
Ser terapeuta	13
Significado de "ser terapeuta"	14
Significado de "hacer" psicoterapia	15
Algunos horrores éticos	16
Construyendo mi Estilo Terapéutico	17
Mi estilo	18
Conclusiones	19
Referencias	21

El Estilo Terapéutico

¿Qué es?

Para iniciar tomaremos lo que nos dicen Ceberio y Linares (2005):

“la instrucción teórica, esencial en la formación, consiste en moldear epistemológicamente al profesional para enseñarle a observar y construir hipótesis...la conjunción en paralelo con la práctica apoya y confirma desde lo pragmático, la construcción del modelo. Todos estos puntos son ratificados o rectificadas en la supervisión, que es el tercer componente de este trípode”
Ceberio y Linares (2005, p. 19)



**¿Has pensado alguna vez en cuál
será tu estilo terapéutico?**

Estilo Terapéutico

García y Torres (2007) definen Estilo Terapéutico de la siguiente manera: Es el análisis y reflexión que el terapeuta hace en un momento específico sobre su ser y hacer durante el proceso terapéutico en los que integra la epistemología, el modelo vivencial-experiencial, preparación profesional y práctica terapéutica.

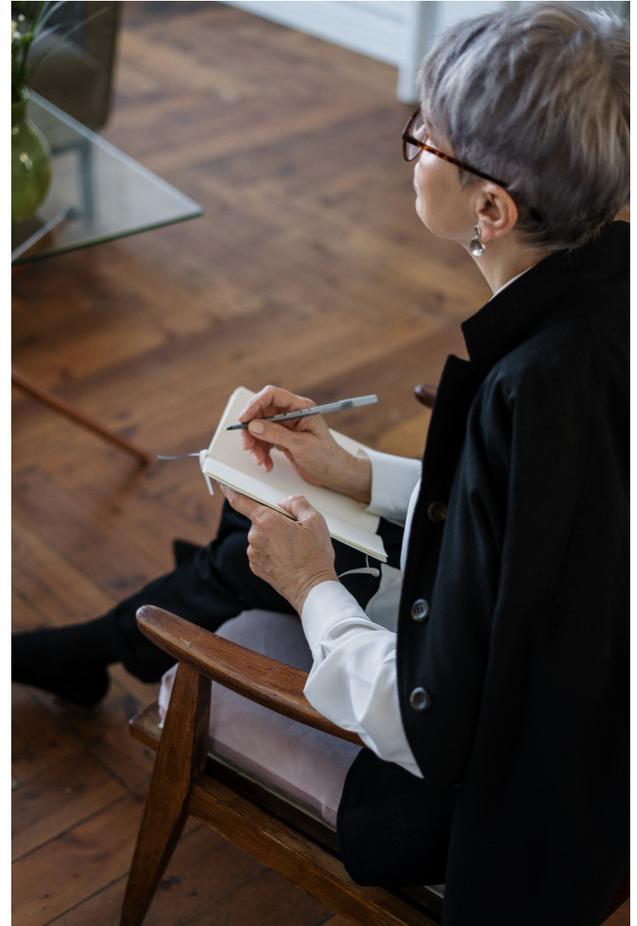
Organizan la construcción del Estilo terapéutico en niveles:

Nivel 1. Variables personales (estilo personal, estructura familiar, códigos, normas, creencias, valores, trabajo del self),

Nivel 2. Variables contextuales, las coordenadas donde se realiza la intervención, los niveles de atención en salud, teniendo en cuenta los tipos de intervención, técnicas y estrategias, todo en relación con el

Nivel 3. Ético, las características del sistema sobre el que se realiza la intervención (Individuo, pareja, familia, grupo) y el

Nivel 4. Preparación profesional constante (supervisión, seminarios, fortalecimiento de competencias técnicas y habilidades terapéuticas, grupos de pares, socialización de experiencias. todos los niveles en interacción y construcción constante del estilo terapéutico.



Un terapeuta no se preocupa solamente por aplicar la técnica por la técnica.

¿En cuáles de los niveles anteriores se han dado la oportunidad de reflexionar?

¿Podemos hablar de Estilos Terapéuticos?

Si, podemos hablar que cada persona en ejercicio de la psicoterapia, puede construir su propio estilo, porque estará relacionado con el uso de sus recursos y características personales para el ejercicio de la psicoterapia.

No es el modelo o método que elegimos el que nos hace terapeutas, sino la forma en que aplicamos lo que sabemos, cómo lo moldeamos para darle nuestra impronta personal.

**No hay un estilo único, solo diversos estilos.
Aquí mencionamos algunos propuesto por
Ceberio y Linares (2005):**



Terapeuta Obsesivo

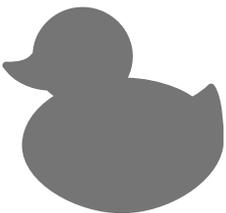
"Yo no soy yo, si me aparto de las indicaciones teóricas y técnicas del modelo"

Terapeuta todo vale y pseudocreativo

"Yo soy ecléctico y sólo son importantes sentir y la intuición"

Terapeuta Racional o Intelectual

"Yo pienso de acuerdo a lo que plantea el autor X, en el año Y, publicado en el libro Z"



Terapeuta Clon

"Yo no soy yo, soy otro, pero así me siento más seguro"

Terapeuta Omnipotente

"Yo todo lo puedo, todo lo sé, soy el mejor y no necesito pedir ayuda a nadie"

Terapeuta Bombero

"Siempre estoy cuando me necesiten, doy todo por mis pacientes, quiero que me valoren"



Terapeuta impotente o desvalorizado

"Yo no puedo, no sé, no valgo, nunca llegaré a ser como mi maestro"

Terapeuta aterrado

"Yo no creo en mí, prefiero no hacer nada para no equivocarme"

Sentimientos,
emociones y
características
personales

Salud emocional del
Psicoterapeuta

Experiencia personal
y familiar

Estilo Terapéutico

Formación teórica,
práctica, supervisión

Experiencia profesional
y Supervisión

Entrenamiento constante
para fortalecer
habilidades terapéuticas
y competencias técnicas.



Identificando mis Habilidades Terapéuticas



¿Qué características debe tener un buen terapeuta? ¿Cómo establecer una buena relación con un cliente? ¿Cómo conseguir que comprenda, esté de acuerdo con y recuerde las propuestas de evaluación y tratamiento? ¿Cómo motivarle para que coopere en el proceso de evaluación y tratamiento? ¿Cómo manejar las dificultades que surgen en la terapia? ¿Cómo lograr superar las posibles resistencias al cambio? Estas y otras preguntas relacionadas tienen que ver con la importante cuestión de las habilidades terapéuticas. Badós y García (2011)

- 1) ACTITUDES BÁSICAS DE RELACIÓN (la escucha activa, empatía, aceptación incondicional y autenticidad)
- 2) CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DE LA RELACIÓN (la cordialidad, confianza, atracción y grado de directividad, construcción de la alianza terapéutica)
- 3) HABILIDAD EN LA COMUNICACIÓN (Escucha, clarificar, parafrasear, reflejar y sintetizar)
- 4) COMPETENCIAS DE ACCIÓN (preguntar, confrontar, interpretar e informar)
- 5) HABILIDADES PARA ENTREVISTAR

- 6) ADAPTACIÓN DE LA INTERVENCIÓN A LA CARACTERÍSTICA DEL CLIENTE (para definir problemas, comunicar información, motivación y expectativas, considerar las variables demográficas del paciente, el tipo de problema y enfermedades o déficits físicos que lo incapaciten)
- 8) MANEJAR DIFICULTADES EN EL PROCESO (Situaciones problemáticas por parte del terapeuta, situaciones problemáticas por parte del cliente)
- 9) ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LAS INTERVENCIONES

- 10) HABILIDADES TÉCNICAS (Encuadre, consentimiento informado, focalización, hipótesis, diagnóstico, instrumentos, estrategia terapéutica, plan de intervención completo, historia clínica, evaluación del proceso, seguimiento)
- 11) HABILIDAD DEL TIMMING (Preguntar, intervenir, según nivel emocional del cliente)
- 12) AUTOREFERENCIA, AUTOREVELACIÓN.
- 13) ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO.

Ruiz (1998) entiende las habilidades terapéuticas como distintas aptitudes y actitudes que debe tener en cuenta un terapeuta para dedicarse a la práctica clínica, las que están centradas en su persona y son independientes de su postura teórica.

Los recursos técnicos y personales aprendidos durante la formación y la experiencia, con los que cuenta un terapeuta para el ejercicio clínico. En este sentido, el logro de los objetivos psicoterapéuticos no reside en la aplicación de técnicas sino en la creatividad y la sensibilidad para aplicarlas. Badós y García (2011)

Lista de Chequeo Habilidades Terapéuticas

Podemos agrupar las habilidades terapéuticas para un mejor proceso reflexivo de la siguiente manera:

1. GENERALIDADES: encuadre, confidencialidad, consentimiento, trato con respeto y dignidad.

2.COMUNICACIÓN: ambiente de confianza, postura para el diálogo, realiza preguntas abiertas/cerradas, escucha atenta, no interrumpe, no emite juicios, permite el silencio, recapitula, valida emociones, es empático.



3. LA TÉCNICA (Primera Consulta): uso de instrumentos, preguntar por factores de riesgo, examen mental, alianza terapéutica, diagnóstico diferencial, plan de manejo, plan de remisión, entre otros.

4. LA TÉCNICA (Consulta de seguimiento); uso de facilitadores verbales y no verbales, pregunta por los síntomas, pregunta por las prescripciones, identifica nuevos factores de riesgo, plan de seguimiento.

5. TÉCNICA DE ENTREVISTA: uso de diversos tipos de pregunta, y tiene en cuenta el timing, focaliza según elementos emergentes, utiliza el mismo tipo de pregunta, pregunta de manera fluida, tiene claro para qué pregunta lo que pregunta.

6. LA HIPOTETIZACIÓN: se guía por la 1er hipótesis, tiene varias hipótesis y pregunta para validarlas, sabe de dónde surgen las hipótesis, se adhiere a una hipótesis, las redacta claramente.

7. OBJETIVOS TERAPÉUTICOS: objetivos coherentes con la hipótesis, redactados claramente, son susceptibles de ser alcanzados y evaluados, los construye con el paciente, se pregunta el porqué no ha podido alcanzarlos.

9. MODELOS Y TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN: las técnicas son coherentes con el modelo escogido, son las adecuadas para lograr el O.T, es flexible en el uso de técnicas, tiene un modelo para evaluar resultados del proceso, tiene modelo de seguimiento.

10. AUTOCUIDADO Y AUTOREFERENCIA: se aceptar sentimientos y emociones que surgen durante el proceso, maneja técnicas para afrontar lo que siente, busca supervisión cuando hay casos que siente son difíciles, reconoce cuando sus dilemas y prejuicios han tomado control del proceso terapéutico, se encuentra en psicoterapia personal, tiene claro los estigmas sobre trastornos mentales, estrategias de autocuidado como parte de su vida diaria.

11. MANEJO DE DILEMAS ÉTICOS: reconoce sus dilemas éticos, pide asesoría.



HAGAMOS UNA REVISIÓN DE NUESTRAS HABILIDADES

Por favor, hagamos click en el link que nos dirigirá a un documento en el que podemos trabajar mejor



Algunas consideraciones desde la experiencia



La experiencia de ser y hacer psicoterapia y supervisión ha dejado algunas reflexiones, que tal vez puedan servir a la hora de realizar sus propios procesos reflexivos, pueden leerlas antes de iniciar los talleres o después.

Cuando estamos en un proceso terapéutico, no hay en errores en cómo alguien aborda un caso, pues solo juzgamos desde las percepciones o construcciones generalizadas sobre X o Y tema.

El concepto que tenemos sobre "Objetividad o Neutralidad terapéutica" se desdibuja completamente durante una sesión, recordando que primariamente, la psicoterapia es una relación interpersonal.

En un proceso terapéutico, es necesario desechar los "debería", tanto de los consultantes como del terapeuta mismo.

En ocasiones antes de decir si nos gusta o no trabajar con ciertas poblaciones, lo mejor es analizar todos los aspectos asociados a esta idea, para no generalizar.

Hay casos que tal vez no nos guste tomar, es importante revisar si son casos en los que no ha tenido buenas experiencias y/o resultados y son un golpe al ego de su significado de ser terapeuta u olvidamos que hay casos que si o si necesitan trabajarse de manera intra e interdisciplinaria, para poder darle un manejo integral, la psicoterapia no lo resuelve todo y menos por sí sola. El sentido de terapeuta superhéroe tiene un límite.

En caso de no poder con un caso, asegurarse de tener un protocolo de remisión, cómo hace el empalme con otro profesional, teniendo en cuenta que hay que cuidar mucho la relación terapéutica ya establecida.

Es comprensible en el ejercicio terapéutico cargar con una sensación de impotencia, que está muy asociada al curso y experiencias de vida del terapeuta y a los significados que le atribuye a cada caso.

Entonces

¿Qué es la psicoterapia?



La Psicoterapia es un proceso de múltiples niveles técnicos e interpersonales, donde se facilita la construcción constante de un espacio psicológico y emocional seguro, que posibilitan aprendizajes vitales, susceptibles de ser alcanzados respetando los ritmos y niveles emocionales de los consultantes.

Adriana Silva (2023)



La psicoterapia es un tratamiento de colaboración basado en la relación entre una persona y el psicólogo. Como su base fundamental es el diálogo, proporciona un ambiente de apoyo que le permite hablar abiertamente con alguien objetivo, neutral e imparcial (OMS) el psicólogo y paciente (s) trabajarán juntos para identificar y cambiar los patrones de pensamiento y comportamiento que le impiden sentirse bien.

Al concluir el tratamiento, no sólo habrá resuelto el problema que le trajo a la consulta, sino que, además, habrá aprendido nuevas destrezas para enfrentar con mayor efectividad cualquier desafío que pueda surgir en el futuro (APA)

Ser Terapeuta

El ser del terapeuta está asociado con dos ideas: la persona que ejerce la psicoterapia y los procesos reflexivos personales durante el desarrollo de una sesión terapéutica.

Para nadie es un secreto que el contexto terapéutico requiere de mucho cuidado, pues al ser un espacio donde una persona acude pidiendo ayuda a otra persona (que tiene una formación ética, epistemológica, teórica, metodológica y de practica/experticia) se convierte en una relación de poder, que la persona en el ejercicio de la psicoterapia, necesita aprender a balancear.



El Ser terapeuta adquiere una dimensión particular cuando se le mira desde el significado que la persona le atribuye a su quehacer, esto también está estrechamente unido a su sentido de ejercicio profesional, las razones que les llevaron a tomar la decisión de seguir el camino de ejercer una profesión y la psicoterapia y las motivaciones personales, familiares, que van muy cargadas con las expectativas de su cumplimiento o no.

Lo cierto es que es un imposible separar a LA PERSONA de su ejercicio profesional y terapéutico, pero sí es posible que desde un proceso de reflexividad constante, tenga la posibilidad de separar lo propio de su persona, de lo que realmente necesita el cliente, paciente, usuario o consultante.

“La responsabilidad del terapeuta es funcionar como persona, esto es, conservarse básicamente humano. Este es su triunfo”

Minuchin, S y Nichols, M. (1993)

El Significado de "ser" Terapeuta

¿Se habrían preguntado alguna vez, cuál es su significado de ser terapeuta?

Y por significado nos referimos a: qué es lo que usted piensa "debe" ser y hacer un terapeuta y ese pensar, está relacionado con el sentido que para usted tiene el ejercicio de la psicoterapia y a su vez se conecta, con la forma en qué aplica las técnicas, cómo utiliza sus recursos terapéuticos, cómo maneja sus emociones en el proceso terapéutico, sin contar, el qué, cómo y para qué pregunta y al final, qué espera que suceda con el proceso terapéutico.

- ✓ ¿Qué hace un terapeuta?
- ✓ ¿Qué significa para mí Ser Terapeuta?
- ✓ ¿Qué significa para mi familia que sea terapeuta?
- ✓ ¿Cómo se asume la demanda del consultante?
- ✓ ¿El terapeuta tiene una epistemología, herramientas teórico-prácticas claras?
- ✓ ¿El terapeuta ha podido identificar sus fortalezas terapéuticas?
- ✓ ¿Qué son las emociones para el terapeuta?
- ✓ ¿Cómo las categoriza?
- ✓ ¿Cómo nos acercamos a ellas en un contexto terapéutico?
- ✓ ¿Cómo lidiamos los terapeutas con las emociones de los consultantes y con las propias?

Y más allá de todo:

¿Estamos listos para hacerlo?

¿Qué pasaría con la idea de utilizar las emociones propias y del consultante para el beneficio del proceso terapéutico? sobre todo,

¿Podemos los terapeutas ser imparciales y objetivos?



El Significado de hacer psicoterapia

La Psicoterapia, como un proceso de construcción del conocimiento, en 4 niveles: Relación terapeuta/ consultante; método de intervención y evaluación de resultados; el consultante y su contexto y experticia, recursos y estilos del terapeuta.

Hacer Psicoterapia implica un proceso reflexivo constante:

Cuestionar los significados sobre el self personal y profesional.

Cuestionar los límites en cuanto a experiencia y formación.

Cuestionar los límites entre elección personal y lo que es propio de la psicología/psicoterapia.

Cuestionar los métodos utilizados, si han demostrado eficacia, eficiencia y seguridad para los consultantes/pacientes/clientes.



¿Preparados para revisar significados?



Algunos horrores éticos



Para este punto, dejaremos que las voces de Fortes de Leff , Aurón, Gómez y Pérez (2009), marquen el camino reflexivo:

El terapeuta que aprovecha la relación terapéutica para establecer vínculos eróticos con los pacientes, incluyendo menores de edad.

El terapeuta que aprovecha la situación política, económica o social del paciente para pedir favores políticos o prestar dinero.

El terapeuta que mantiene al paciente en tratamiento para su beneficio económico, necesidades narcisistas, ejerce presión, abusa de su poder y evita que el paciente termine la terapia.

El terapeuta que viola la confidencialidad y da información a terceros que no deberían saber nada de eso.

El terapeuta que constantemente invalida, descalifica y no cree en las historias del consultante.

El que se “dice terapeuta” sin formación y entrenamiento adecuado, ofreciendo “sanación”

El terapeuta que con el fin de aumentar su clientela, ofrece tratamientos para los que no está entrenado o pseudoterapias.

El terapeuta que quiere “colonizar” al cliente imponiéndole sutilmente su ideología, creencias y valores.

El desgaste del terapeuta.

El terapeuta que se asume como salvador.

La incoherencia.



¿Han pensado en algún otro horror ético?



Construyendo Mi Estilo Terapéutico

No hay una forma correcta de hacer psicoterapia, no hay una forma única de hacer psicoterapia, esto es porque existen diversos modelos de intervención y diversas formas en las que una persona puede aplicar su conocimiento de un modelo y técnica a partir de sus recursos personales.



La invitación es abrazar nuestra unicidad como personas y terapeutas, solo así podemos construir nuestro propio estilo.

Mi Estilo

Y finalmente hemos llegado, pensar el Estilo Terapéutico no es un asunto sencillo, porque es posible que hayamos centrado la mirada solo en la técnica, pero no en el cómo la aplicamos a partir de nuestros recursos personales.

Identificar mis recursos terapéuticos

Aquellos recursos que me salen de manera natural, que son parte de mi: Espontaneidad, Escucha activa, Empatía, Crear alianza terapéutica, parafrasear, devolución, interpretación, focalización, uso del humor, de metáforas, otros recursos, etc.

Sentirme cómodo/a con mi self

Muchas veces por pensar que un terapeuta no "debería" comportarse de X o Y manera, nos perdemos la oportunidad de utilizar todos los recursos con los que contamos.

No temer a equivocarse

En ocasiones por el tema de las expectativas propias y externas, el temor a equivocarnos nos paraliza e impide hacer señalamientos o movimientos necesarios en el proceso terapéutico.

Autocuidado

Desarrollar estrategias que nos permitan cuidar nuestra salud mental, emocional, psicológica y relacional, ¿quién dijo que un título nos blinda de nuestra propia humanidad?

¿REVISAMOS CÓMO VA LA CONSTRUCCIÓN DE NUESTRO ESTILO TERAPÉUTICO?



Conclusiones



Ser y hacer psicoterapia, implica pues estar en constante reflexión y muy atentos a todos los niveles que se mueven en una sesión y transversaliza todo el proceso terapéutico.

Para poder pasar de un nivel en el que se "escucha" y "observa" al paciente, cliente, usuario, consultante, con la intención de aliviar un síntoma, aplicando una técnica, a tener en cuenta el otro nivel donde, se aprende a Escuchar y Observar lo que el terapeuta siente y piensa y Cómo afecta esto el proceso terapéutico.

Hasta un nivel, donde se hace una comprensión del sistema y del espacio terapéutico, que nos lleven a encontrar soluciones según las necesidades de quien pidió ayuda en relación con su contexto.

Entonces a manera de conclusión podemos hablar que un LUGAR SEGURO para un terapeuta en un ejercicio ético, se sustenta en tres pilares: Formación Continua basada en la evidencia científica, Supervisión Clínica y Psicoterapia personal del terapeuta.

Conclusiones

FORMACIÓN CONTINUA



Basada en la evidencia científica, porque necesitamos hablar desde las tecnologías en salud de acuerdo a la definición de la Red Internacional de Agencias de Evaluación de Tecnologías de la Salud (INAHTA) son "Cualquier intervención que se puede utilizar para promover la salud, para prevenir, diagnosticar o tratar enfermedades o para rehabilitación o de cuidado a largo plazo. Esto incluye los procedimientos médicos y quirúrgicos usados en la atención médica, los productos farmacéuticos, dispositivos y sistemas organizacionales en los cuidados de la salud".

El Ministerio de la Protección Social (MPS) de Colombia, ha definido las tecnologías en salud como el conjunto de medios técnicos y de procedimientos puestos a disposición por la ciencia, la investigación y los operadores del sector salud para sus elecciones de prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación.

*En Colombia, según la Ley 1090 del 2006, no se necesita tener un título de posgrado para ejercer como psicoterapeuta, pero si se apela a la ética de todo psicólogo para comprender sus limitaciones y formarse con expertos en el tema de su interés.

SUPERVISIÓN CLÍNICA

Como un proceso de acompañamiento que promueve el aprendizaje a través del desarrollo y fortalecimiento de competencias técnicas, el monitoreo de la calidad de la atención y que vela por el autocuidado de las y los profesionales que trabajan en Salud Mental.

- Desarrollo de competencias técnicas
- Desarrollo de habilidades de comunicación
- Abordaje constructivo de la gestión emocional
- Desarrollo de la capacidad de autorreferencia
- Construcción del estilo terapéutico
- Promoción del autocuidado
 - Promover los derechos humanos
- Promoción del trabajo en red y comunitario
- Prevención y gestión del estigma
- Perspectiva de género
- Perspectiva multicultural/contextual

PSICOTERAPIA PERSONAL DEL TERAPEUTA

Tener claro que son PERSONAS que están en un ejercicio como psicoterapeutas, que son falibles, con historias de vida, sus traumas no resueltos, sus significados, por lo que es importante que puedan estar en psicoterapia para poder deshacer todos sus nudos emocionales, comprender las emociones que siempre van a emerger durante el proceso terapéutico y poder gestionar su salud mental, psicológica, relacional.

*Supervisión no es lo mismo que psicoterapia.

Referencias



American Psychological Association, Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271–285. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>

Castañeiras, Claudia, Ledesma, Rubén, García, Fernando, & Fernández-Álvarez, Héctor. (2008). Evaluación del Estilo Personal del Terapeuta: Presentación de una Versión Abreviada del Cuestionario EPT-C. *Terapia psicológica*, 26(1), 5-13. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082008000100001>

Ceberio, M y Linares J.L. (2005). Ser y hacer en terapia sistémica: la construcción del estilo terapéutico. Barcelona: Paidós.

Orellana, F., González, A., Marín, A., Ibaceta, F., Penna, V., Rodríguez, M. (2016). La persona del terapeuta y su origen. La inclusión de las familias de origen y su impacto en el desarrollo del self profesional de los terapeutas del Instituto Humaniza Santiago. *Revista REDES*, (34), p.107-126. <https://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/186>

Fernández Liria A y Rodríguez Vega B. Habilidades de entrevista para psicoterapeutas. Capítulo 1. Biblioteca de Psicología. Ed. Desclée. 2da. Edición. 2008.

Rodríguez, M., & Salinas, J (2011). Entrenamiento En Habilidades Terapéuticas: Algunas Consideraciones. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (2),211-225 Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29222521001>



¿Quién soy?

Una mujer, madre, hija, hermana, sobrina, tía, nieta, amiga, compañera, amante, hombreriega, escritora, bloguera, trabajadora, con un título profesional en psicología, 2 maestrías, con un profundo respeto por la psicoterapia y todos los procesos que se integran/emergen de ella, investigadora independiente, juiciosa estudiosa de la psicoterapia como un proceso de construcción de conocimiento y espacio para posibilitar aprendizajes vitales, actualmente dedicada a la formación continua, supervisión con equipos de salud mental y mentoría en la Global Psychology Alliance, miembro de la International Association of Professional Writers and Editors.

Serie De Una Terapeuta para Terapeutas

Adriana Sofía Silva Silva

ISBN: 978-958-52077-2-1



Centro de Formación Clínica y Psicosocial Filigrana Caribe

NIT. 9011430990