



LA CREATIVIDAD EN PSICOTERAPIA

**Negociación de conflictos interpersonales,
paradojas y disociaciones internas**

Curso 2009-10

José Manuel Pinto

INTRODUCCIÓN

En el campo de la salud mental, se está realizando un esfuerzo para definir “criterios de calidad y eficacia” en la planificación de intervenciones clínicas. Se trata de priorizar las técnicas de psicoterapia que demuestren ser las más útiles, dentro de un conjunto de ofertas de intervención muy amplio, rico y pluralista. Así, se aplica un modelo “científico” por semejanza con la medicina, para evaluar cuál es el mejor método estándar de tratamiento para cada psicodiagnóstico.

El uso del modelo científico es necesario para poner orden en nuestro campo, y para combatir la confusión creada por la proliferación de teorías, técnicas y escuelas tan diversas. Sin embargo, el uso único de este modelo resulta muy limitado.

La psicoterapia es también una creación conjunta entre paciente y terapeuta, que ha de ser pensada con el modelo del “arte”: una invención en colaboración para diseñar el traje a la medida que necesita un paciente en particular para poder iniciar y mantener un cambio terapéutico.

¿QUÉ ES LA CREATIVIDAD EN PSICOTERAPIA?

La creatividad no tiene nada que ver con el “eclecticismo”, en tanto mezcla caótica de técnicas sin criterio. Si la “ortodoxia” elimina la creatividad a favor de la seguridad ofrecida por la adhesión fiel a una escuela de pensamiento, el eclecticismo, que sí acoge el pluralismo y la diversidad de teorías y técnicas, termina por resultar anticreativo, al negar la coherencia y el saber acumulado por la tradición.

La verdadera creatividad en psicoterapia es una combinación paradójica de pensamiento convergente, disciplina, rigor y estudio de los grandes autores clásicos y contemporáneos, y por otro lado, de pensamiento divergente, capaz de tender puentes entre ideas, teorías y técnicas dispares y antagónicas.

EL INSTITUTO DE PSICOTERAPIA RELACIONAL

Históricamente, el rol del terapeuta ha sido el de un observador científico y objetivo del mundo interno del paciente. Las teorías relacionales contemporáneas demuestran que esta pretendida “neutralidad” es imposible de alcanzar y, además, un mito perjudicial.

En los últimos 20 años, el psicoanálisis relacional ha creado un nuevo paradigma en psicoterapia: el nuevo objeto de estudio es la relación paciente-terapeuta, y ya no más, la mente del paciente aislada del contexto clínico. Esto implica una revolución democrática que supera el modelo médico autoritario, en donde el juicio del paciente no cuenta o es minusvalorado, y una mejora de la calidad y eficacia del tratamiento, gracias a la liberación de un poderoso instrumento terapéutico: el uso disciplinado y creativo de la subjetividad del psicoterapeuta.

El Instituto de Psicoterapia y Psicoanálisis Relacional avala la realización del presente curso con 8 créditos

CONTENIDOS

Clínica

Situaciones clínicas difíciles

Debilidad de la alianza terapéutica, situaciones de impasse y estancamiento, grandes bloqueos relacionales.

Conflictos interpersonales

Conflictos por “confrontación” (ataque): cada parte se afirma rígidamente sin reconocer las necesidades del otro.

Conflictos por “distanciamiento” (huida): se reconocen las necesidades del otro pero hay desesperanza en poder afirmar nuestra subjetividad.

Paradojas y estados disociados del self

Necesidades independientes e irreconciliables en el mundo interno. Por ejemplo, un adolescente en busca de “autonomía” y libertad, frente a otra parte de sí mismo necesitada de “pertenencia” y armonía en la familia.

Teoría

Psicoterapia y Psicoanálisis Relacional

Textos escogidos de autores relacionales contemporáneos (Mitchell, Stolorow, Benjamin, Pizer, Aron, Hoffman, Ghent, etc.)

Tª modernas de negociación de conflictos

MAPAN (Mejor alternativa posible al acuerdo negociado), legitimación de las resistencias, negociación basada en “intereses”, no en “posiciones” rígidas (W. Ury)

Análisis de las metáforas de nuestra vida cotidiana

Análisis psico-lingüístico de las metáforas implícitas o modelos particulares por los que un paciente piensa y actúa (G. Lakoff, Pinto J.M.)

Técnica

Negociación de conflictos interpersonales

En conflictos por confrontación: creación de un marco de negociación, capacidad de cesión, reconocimiento del otro y autoafirmación, mediación y terceridad.

En conflictos por distanciamiento: puesta en juego de las propias necesidades.

Negociación de paradojas y estados disociados del self

Tolerancia a la imposibilidad de resolver las paradojas. Tender puentes entre “islas” disociadas (p. ej.: entre “autonomía” y necesidad de “pertenencia”)

Análisis de las metáforas-modelos de paciente y terapeuta

Patrones relacionales activados en el paciente y en el terapeuta que producen situaciones de convergencia o divergencia.

Creatividad

Más allá de la técnica estándar

Las situaciones clínicas difíciles nos obligan a innovar y ser creativos.

Desarrollo de la creatividad en el paciente y el terapeuta

Análisis de los bloqueos relacionales que inhiben la creatividad. Ilustraciones de procesos de psicoterapia a través de las obras de artistas.

Integración entre paradigmas-metáforas

Todo paradigma psicológico está creado a partir de metáforas básicas que son limitadas.

Integrar paradigmas es articular estas metáforas. En el psicoanálisis freudiano se concibe al hombre como “animal de instintos”, en la orientación cognitivo-conductual, como “organismo condicionado por el ambiente”, y en la psicoterapia relacional, como un “ser social desde el nacimiento”.

METODOLOGÍA

En las clases, se fomenta la participación y el espíritu democrático de aprendizaje:

Asamblea (tormenta de ideas, media hora)

Exposición (tema del día a cargo del profesor, una hora)

Debate (media hora)

Elección y desarrollo de un trabajo práctico a lo largo del curso.

PROFESOR

José Manuel Pinto, psicoterapeuta, psicólogo especialista en psicología clínica.

Miembro fundador de la Asociación Española de Psicoanálisis y Psicoterapia Relacional (IARPP-España)

DIRIGIDO A

Psicólogos clínicos y psiquiatras.

CALENDARIO

Duración: octubre de 2009 a junio de 2010

Frecuencia: semanal, los martes

Horario: 19 h. a 21 h.

PRECIO Y BECAS

Precio: 80 euros/mes.

Becas: una beca para psicólogos colegiados.



INSCRIPCIÓN

Centro de Psicoterapia Dr. Esquerdo 20; 4º Drcha

Telf.: 91 4027956

E-mail: jmpinto@arrakis.es

Web: www.jmpinto-psicoterapia.com