

Fundación Foro

Formación en Psicoterapias Cognitivas Contemporáneas

La Persona del Psicoterapeuta y sus Recursos

1. Fundamentos

En los últimos años, desde diferentes líneas teóricas, se le ha dado especial atención a los aspectos relacionados con la vida y la persona del psicoterapeuta. Algunos planteos rescatan los aspectos funcionales o disfuncionales de los mismos, otros toman en cuenta los efectos que la práctica clínica tiene sobre la vida personal de cada terapeuta y cómo ciertos hechos de la vida influyen en el trabajo terapéutico con los pacientes.

El cuidado de la salud de los profesionales de la salud mental es un aspecto central en el trabajo clínico; y el conocimiento y las medidas preventivas que permitan evitar el surgimiento del burn out son objeto de especial interés para muchas investigaciones actuales. Asimismo conocer las debilidades y fortalezas de los profesionales de la salud es un objetivo fundamental que posibilita mejorar la atención clínica de los pacientes. Conocer los propios límites, los puntos oscuros y los estresores, como así también los recursos, las capacidades y las potencialidades con los que cada terapeuta cuenta es muy importante para el desarrollo de un buen tratamiento y posibilita cuidar, optimizar, cultivar y mejorar el principal recurso con el que los terapeutas trabajan, que es su propia persona.

2. Objetivos

Se espera que al finalizar el curso los profesionales:

- ✓ Entiendan la importancia del cuidado de su propia salud para el ejercicio profesional
- ✓ Conozcan los criterios del burn out y sepan prevenir su aparición
- ✓ Descubran sus principales recursos y potencialidades
- ✓ Reflexionen sobre la práctica clínica y sus vidas personales

3. Plan didáctico

Metodología: Debido al carácter eminentemente práctico y reflexivo de esta materia, se utilizará primeramente una exposición breve sobre el tema para contextualizar el trabajo y con dinámicas de grupo se debatirá, se leerá material clínico y bibliográfico y se apelará a las experiencias personales para lograr los objetivos planteados. La materia tendrá una modalidad mixta de trabajo con clases tradicionales y un formato de taller vivencial.

Evaluación: Será mediante un informe personal y un coloquio grupal.

4. Programa sintético

Unidad 1: La persona del psicoterapeuta y sus recursos

Unidad 2: El cuidado de la salud del psicoterapeuta

Unidad 3: Intersección entre vida privada y temas clínicos

5. Programa analítico

Unidad 1: La persona del psicoterapeuta y sus recursos

Elección de la profesión. Características de personalidad e historia familiar. Recursos del terapeuta: inteligencia, humor, empatía, aceptación, capacidad de escuchar y entender, saber aconsejar, trabajar en redes. Marketing y política profesional.

Unidad 2: El cuidado de la salud del psicoterapeuta

Cuidado y prevención. Aislamiento, Burn out y problemas de salud del psicoterapeuta. Organización del tiempo libre, descanso, vacaciones. Psicoterapia personal, supervisiones, trabajo en equipo. Manejo de los honorarios y los propios límites.

Unidad 3: Intersección entre vida privada y temas clínicos

Self disclosure o auto-revelación. Situaciones vitales en la vida del psicoterapeuta que impactan en el trabajo con los pacientes: mudanzas, separaciones, nacimientos, enfermedades, duelos y su manejo clínico.

6. Cronograma

El criterio del dictado de la materia será flexible para adaptarse al ritmo particular de cada grupo. El cronograma aproximado es el siguiente:

Clases n° 1 y n° 2: Unidad 1: La persona del psicoterapeuta y sus recursos.

Clase n° 3: Unidad 2: El cuidado de la salud del psicoterapeuta.

Clase n° 4: Unidad 3: Intersección entre vida privada y temas clínicos.

7. Bibliografía

Bibliografía específica:

Este listado de textos está organizado por capítulos para facilitar la organización del estudio, para cada unidad se indica la bibliografía correspondiente, especificándose el capítulo o apartado. En algunos casos un mismo texto es utilizado para varias unidades.

Unidad 1: La persona del psicoterapeuta y sus recursos

- Chazenbalk, L. y otros. (2004). La incidencia del self del terapeuta en el proceso terapéutico en *Psicodebate 3. Psicología, Cultura y Sociedad*. Págs. 107-14. Universidad de Palermo. Buenos Aires
- Guy, J. (1995). *La vida personal del psicoterapeuta. El impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta*. Paidós. Barcelona. Capítulo 1: Factores que intervienen en la elección del trabajo del psicoterapeuta y Capítulo 2: La formación para convertirse en psicoterapeuta.

Unidad 2: El cuidado de la salud del psicoterapeuta

- Baringoltz, S. comp. (1997). *Integración de aportes cognitivos a la psicoterapia*. Editorial de Belgrano. Buenos Aires. Capítulo 5: El terapeuta: influencia y entrecruzamientos.

- Camacho, J. (2003). *Sobre el Síndrome del Burnout o de Estar Quemado*. Buenos Aires.
- Guy, J. (1995). *La vida personal del psicoterapeuta. El impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta*. Paidós. Barcelona. Capítulo 3: Aislamiento en la práctica de la psicoterapia y Capítulo 4: El impacto de la práctica psicoterapéutica sobre las relaciones personales.

Unidad 3: Intersección entre vida privada y temas clínicos

- Guy, J. (1995). *La vida personal del psicoterapeuta. El impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta*. Paidós. Barcelona. Capítulo 5: Acontecimientos significativos en la vida del psicoterapeuta.
- Miracco, M., Quinteros, J., y Teitelbaun, J. (2007). *Auto-revelaciones: esencialmente un encuentro*. Trabajo presentado en las Jornadas de Residentes de Salud Mental de Buenos Aires.

Bibliografía general:

- Baringoltz, S. comp. (1997). *Integración de aportes cognitivos a la psicoterapia*. Editorial de Belgrano. Buenos Aires
- Camacho, J. (2003). *Sobre el Síndrome del Burnout o de Estar Quemado*. Buenos Aires.
- Chazenbalk, L. y otros. (2004). La incidencia del self del terapeuta en el proceso terapéutico en *Psicodebate 3. Psicología, Cultura y Sociedad*. Págs. 107-16. Universidad de Palermo. Buenos Aires.
- Guy, J. (1995). *La vida personal del psicoterapeuta. El impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta*. Paidós. Barcelona.
- Miracco, M., Quinteros, J., y Teitelbaun, J. (2007). *Auto-revelaciones: esencialmente un encuentro*. Trabajo presentado en las Jornadas de Residentes de Salud Mental de Buenos Aires.