



Universidad de Chile
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela de Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

Programa Optativo La función del cuerpo en psicoterapia humanista

I.- Identificación de la actividad curricular
Carrera en que se dicta: Psicología Profesor o equipo: Rocío Cerda Lobos Ciclo al que pertenece: Especialización Semestre: segundo Modalidad: online Carácter: optativo Pre - requisitos: Año 2021
II.- Descripción / Justificación de la actividad curricular
Es un curso de carácter teórico-vivencial orientado a conocer, entrenar y experimentar recursos corporales para el ejercicio de la psicoterapia humanista con una base transversal de autoconocimiento. La incorporación del cuerpo en la formación de psicólogos y psicoterapeutas ha estado escasamente presente en términos vivenciales. Por aquella razón esta es una propuesta novedosa, que invita al estudiante a un proceso de autoconocimiento a favor de su propia regulación y bienestar y también a uno de incorporación de recursos prácticos para el ejercicio de la psicoterapia dentro de un marco humanista.
III.- Objetivos de la actividad curricular
Objetivo general: Conocer y vivenciar recursos corporales para su integración en la práctica clínica humanista. Objetivo específicos: <ul style="list-style-type: none">- Practicar la consciencia corporal profunda.- Explorar habilidades relacionales desde lo corporal.- Conocer diversos modelos explicativos de la incorporación de la corporalidad en psicoterapia.
IV.- Temáticas o contenidos de la actividad curricular
<ol style="list-style-type: none">1. Elementos básicos del cuerpo en psicoterapia<ul style="list-style-type: none">- Expresión no verbal- Respiración- El movimiento sentido- Escucha, contacto y consciencia2. La sensación sentida como guía de los pasos<ul style="list-style-type: none">- Empatía corporal3. Apego y relación terapéutica<ul style="list-style-type: none">- Regulación

- Teoría polivagal
- 4. Las emociones en el cuerpo:
 - Observación y consciencia
 - Observación de los 4 elementos en el cuerpo
- 5. El cuerpo del terapeuta como recurso de la escucha

V.- Metodología de la actividad curricular

Es un curso teórico práctico en el que se llevarán a cabo clases expositivas- participativas en las que se fomentará la participación activa de los estudiantes, y en mayor medida clases a modo taller, en las que se propondrán actividades de exploración corporal y personal como también momentos de interacción en grupo y pares para compartir las experiencias.

VI.- Evaluación de la actividad curricular

Bitácora de seguimiento corporal: consiste en un documento de seguimiento de proceso en el cual deberá registrar sus experiencias en las actividades realizadas en clases sincrónicas y asincrónicas. Esta será entregada parcialmente en la mitad del semestre y una entrega final. Primera entrega 20% entrega final 40%.

Ficha de lectura: consiste en realizar un resumen y una posterior reflexión de los textos asignados para ello. Son dos entregas y equivalen a un 10% cada una.

Presentación grupal: en grupos escogerán uno de los temas propuestos para ser presentados al grupo completo. 20%

Debido al carácter práctico y vivencial de este curso, se sugiere una asistencia mínima del 80%. Los estudiantes que presenten una nota final ponderada igual o superior a 5,5 pueden eximirse de dar el examen final del curso.

VII.- Bibliografía básica y obligatoria de la actividad curricular

- Alemany, C. (1997). La psicoterapia experiencial y Focusing. La aportación de E. Gendlin. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Gendlin, E. (1997). *El focusing en psicoterapia. Manual del método experiencial*. Barcelona: Paidós
- Odgen, P., Minton, K. y Pain, C. (2011). *El trauma y el cuerpo. Un modelo sensoriomotriz de psicoterapia*. Barcelona: Desclée de Brouwer

VIII.- Bibliografía complementaria

- Bloch, S. y Lemeignan, M. (1992). *Patrones Respiratorio - Posturo - Faciales específicos relacionados con Emociones Básicas*
- Cooper, M. (2001). Embodying empathy. Recuperado de www.researchgate.com
- Cooper, M., & Knox, R. (2018). Therapists' self-reported chronic strategies of disconnection in everyday life and in counselling and psychotherapy: an exploratory study. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(2), 185-200. doi: 10.1080/03069885.2017.1343457
- Friedman, N. (s/f). Escuchar experiencial. Recuperado de www.focusing.org
- Klagsbrun, J. (s/f). Focusing, una herramienta corporal y mental para la reducción del estrés. Recuperado de www.focusing.org
- Kesselman, S. (1990). *El pensamiento corporal*. Barcelona. Paidós
- Porges, S. (2018). *Guía de bolsillo de la teoría polivagal. El poder transformador de sentirse seguro*. Barcelona: Editorial Eleftheria.

- Stern, D. (2017). *El momento presente. En psicoterapia y la vida cotidiana*. Traducción André Sassendeld y Francisco Hunneus. Santiago. Editorial Cuatro Vientos

VIX. RECURSOS WEB

--