

ÍNDICE SISTEMÁTICO

	<u>PÁGINA</u>
Prólogo	7
Unidad didáctica 1. Cuestiones iniciales sobre el trabajo del psicólogo general sanitario	11
Objetivos de la unidad	13
1. Conceptos generales del trabajo del psicólogo general sanitario	14
2. Motivaciones para ser psicólogo sanitario	16
3. Características, habilidades y actitudes generales	17
3.1. Habilidades personales	17
3.2. Habilidades técnicas	19
3.3. Habilidades interpersonales	21
4. El estilo terapéutico	23
5. Dudas iniciales más frecuentes	27
5.1. Los límites de nuestra intervención	27
5.2. ¿Cómo dirigirme al paciente?	28
5.2.1. El saludo	29
5.2.2. Dónde y cómo sentarse	29
5.2.3. La confidencialidad	30

5.2.4. Los límites del tiempo	31
5.2.5. Contacto fuera de sesiones	33
5.2.6. Tomar anotaciones	33
5.2.7. Invitación a acontecimientos vitales, felicitaciones y eventos	34
5.3. Cuestiones controvertidas	35
Conceptos básicos	38
Actividades de repaso	39
Ejercicios voluntarios	39
Referencias bibliográficas	40
Unidad didáctica 2. La relación terapéutica: habilidades para la vinculación con el paciente	41
Objetivos de la unidad	43
1. Introducción	44
2. La relación terapéutica. Concepto y componentes	44
2.1. Componentes de la alianza	46
2.1.1. Vínculo emocional	46
2.1.2. Contrato terapéutico	48
3. Alianza desde las diferentes orientaciones	51
3.1. La alianza mediada por la transferencia	51
3.2. La alianza como elemento técnico añadido	52
3.3. La alianza como construcción necesaria para el proceso	52
4. Influencia de la alianza en los resultados del tratamiento psicológico	53
5. Condiciones y actitudes para la construcción de la alianza	54
5.1. Empatía	55
5.2. Validación o aceptación positiva	56
5.3. Genuinidad	57
5.4. Reparación de las rupturas	58
5.4.1. Intervenciones sobre tareas y objetivos (contrato)	59
5.4.1.1. Directas	59
5.4.1.2. Indirectas	59

5.4.2. Intervenciones sobre el vínculo relacional	60
5.4.2.1. Directas	60
5.4.2.2. Indirectas	60
6. Variables del paciente	61
Conceptos básicos	62
Actividades de repaso	62
Ejercicios voluntarios	63
Referencias bibliográficas	64
Unidad didáctica 3. Habilidades de comunicación del psicólogo general sanitario	65
Objetivos de la unidad	66
1. Comunicación en el proceso psicoterapéutico	67
2. La escucha	69
2.1. Actitudes de escucha	69
2.2. Respuestas de escucha	72
2.2.1. Clarificación	72
2.2.2. Paráfrasis	74
2.2.3. Reflejo	75
2.2.4. Recapitulación	77
3. Estar presentes	78
4. Lenguaje no verbal	79
5. Hacer preguntas	82
Conceptos básicos	84
Actividades de repaso	84
Ejercicios voluntarios	85
Referencias bibliográficas	86

Unidad didáctica 4. Primeras sesiones: desarrollo de la entrevista psicológica	87
Objetivos de la unidad	89
1. Definición y clasificación	90
1.1. Funciones de la entrevista	93
2. La primera entrevista	93
2.1. Tener claras las metas	95
2.2. Buscar puntos de conexión con el paciente	95
2.3. No contradecir al paciente en sus motivaciones para la psicoterapia ..	96
2.4. Evaluar áreas problema y también áreas saludables	96
2.5. Transmitir esperanza e implicación	96
2.6. Elegir estrategia: tener prevista una de antemano y proponerla	98
2.7. No precipitarnos para llegar a una conclusión sobre el problema	99
3. Desarrollo de la entrevista	100
3.1. Preguntas de la entrevista	102
3.2. Áreas que se deben valorar en la primera entrevista	103
3.3. Preguntas difíciles	105
3.4. Aplicación de test	106
4. El encuadre	107
Conceptos básicos	109
Actividades de repaso	110
Ejercicios voluntarios	110
Referencias bibliográficas	111
Unidad didáctica 5. Estrategias para el manejo de emociones	113
Objetivos de la unidad	114
1. ¿Qué son las emociones?	115
2. Regulación emocional	121
3. Habilidades del psicoterapeuta para facilitar la regulación emocional en psicoterapia	124
3.1. Actitud de base segura	124

3.2. Identificación y reestructuración de creencias disfuncionales sobre las emociones	126
3.3. Psicoeducación	127
3.4. Etiquetado, simbolización para la expresión	128
3.5. Reflexión sobre las emociones	129
3.6. Fomento de la autoempatía y autocompasión	130
3.7. Ventana de tolerancia	130
3.8. Emociones positivas	132
Conceptos básicos	133
Actividades de repaso	133
Ejercicios voluntarios	134
Referencias bibliográficas	135
Unidad didáctica 6. Movilización a través de la relación terapéutica	137
Objetivos de la unidad	139
1. Introducción	140
2. Cambios en el estilo terapéutico como movilizador de la terapia	141
2.1. Grado de flexibilidad	143
2.1.1. ¿Cuándo puede ser conveniente adoptar un estilo más rígido?	143
2.2. Grado de directividad	145
2.2.1. ¿En función de qué es conveniente modificar el grado de directividad?	147
3. Transferencia y contratransferencia	148
3.1. La transferencia	150
3.1.1. Diferenciar la transferencia	150
3.1.2. Tipos de transferencia	151
3.2. La contratransferencia	151
3.3. Importancia de usar la transferencia y la contratransferencia en psicoterapia	152

4. Autoobservación del propio psicólogo	153
5. Metacomunicación	154
6. Autorrevelación	156
Conceptos básicos	158
Actividades de repaso	158
Ejercicios voluntarios	159
Referencias bibliográficas	160
Unidad didáctica 7. Superar obstáculos durante el proceso de intervención	161
Objetivos de la unidad	163
1. El cambio	164
2. La resistencia	165
2.1. Concepto de resistencia como proceso intrapsíquico	165
2.2. Concepto de resistencia como proceso interpersonal	166
2.3. Concepto amplio y contemporáneo de resistencia	167
3. Tipos de resistencias	168
3.1. Conductas orientadas a reducir el valor de la emoción	169
3.2. Conductas evasivas	170
3.3. El lenguaje resistente	170
3.4. Huida hacia la salud	171
3.5. Conductas conciliadoras	172
3.6. Conductas provocativas	172
4. Intervención ante las resistencias	173
4.1. Ignorarla y respetarla	173
4.2. Señalarla	174
4.3. Aliarse con la resistencia	174
4.4. Confrontarla	174
4.5. Intervenciones paradójicas	176
4.6. El uso de las metáforas	177

5. El paciente con riesgo suicida	178
5.1. Evaluación	178
5.2. Intervención	180
6. El entorno como obstáculo	181
7. Cuando ha llegado el fin	182
7.1. Cuando el paciente no quiere seguir	182
7.2. Cuando el paciente elige no curarse o su problema no puede resolverse	183
7.3. Cuando el paciente ya está bien	184
Conceptos básicos	185
Actividades de repaso	186
Referencias bibliográficas	186
Unidad didáctica 8. Habilidades específicas para el trabajo con población infantil	187
Objetivos de la unidad	189
1. Enmarcando el trabajo con población infantil	190
1.1. Algunos principios básicos	190
1.1.1. El niño no es un ser aislado de su entorno o sistema	191
1.1.2. El niño es un ser en desarrollo	191
1.1.3. El diagnóstico es algo que debemos manejar con cautela	191
1.1.4. El tratamiento en psicoterapia infantil debe ser familiar	192
1.1.5. El código deontológico sigue vigente en las intervenciones con menores	192
2. Cuestiones prácticas respecto a la psicoterapia con niños	193
2.1. Intervenciones con familiares	193
2.2. Intervenciones con niños muy pequeños	193
2.3. El secreto profesional	193
2.4. El espacio de trabajo	195
3. Habilidades básicas para la intervención con niños	196
3.1. Habilidades y actitudes generales	196

3.2. Creatividad y capacidad para el juego	197
3.3. Habilidades para el trabajo con padres	199
3.4. Manejo de situaciones para evitar acciones yatrogénicas	200
3.5. Conocimiento sobre el desarrollo infantil	201
3.6. Conocimiento sobre las causas de los problemas infantiles	204
3.7. Habilidades para interpretar la información relacionalmente	206
4. La entrevista	208
4.1. Guía para la entrevista con un niño	209
Conceptos básicos	212
Actividades de repaso	213
Ejercicios voluntarios	213
Referencias bibliográficas	214
Unidad didáctica 9. Habilidades para la organización de la información clínica	215
Objetivos de la unidad	216
1. Tipos de información clínica	217
2. La historia clínica	218
2.1. En las primeras sesiones	220
2.2. Sesiones de evaluación y devolución	221
2.3. En la fase de tratamiento	221
2.4. Ejemplo de historia clínica	223
3. El informe psicológico	227
3.1. Encabezamiento y datos de filiación de paciente y psicólogo	227
3.2. Información clínica	228
3.3. Estilo	229
3.4. Ejemplo de informe	230
4. Situaciones especiales	235
4.1. Menores de edad	235
4.2. Derivaciones	236
5. Derechos de acceso del paciente a sus datos	236

Conceptos básicos	238
Actividades de repaso	239
Ejercicios voluntarios	239
Referencias bibliográficas	240
Unidad didáctica 10. Otras habilidades prácticas necesarias	241
Objetivos de la unidad	243
1. Coordinación con otros profesionales	244
1.1. Tipos de coordinación con otros profesionales	244
1.2. Aspectos legales y deontológicos que se han de tener en cuenta	245
1.3. Casos en los que podemos derivar a un paciente	246
1.4. Comunicación entre profesionales	247
1.5. Tipo de información que se va a compartir	248
1.6. Algunas preguntas frecuentes	249
1.6.1. ¿Quién debe promover la coordinación?	249
1.6.2. ¿Qué debe saber nuestro paciente cuando nos coordinemos con terceros?	249
1.6.3. ¿Qué otro tipo de coordinación tendremos que realizar más allá de la intervención psicoterapéutica?	249
1.6.4. ¿Podemos realizar informes conjuntos con otros profesionales?	250
1.7. Ejemplos más comunes de coordinación	252
1.7.1. Psiquiatra	252
1.7.2. Neurólogo y neuropsicólogo	252
1.7.3. Profesionales educativos	253
1.7.4. Trabajadores sociales	253
2. El autocuidado en psicólogos sanitarios	253
2.1. Estrategias profesionales	254
2.1.1. Realizar actividades variadas diferentes a la atención directa de casos	254
2.1.2. Supervisar los casos	254
2.1.3. Dialogar con los colegas sobre las experiencias personales en el trabajo clínico	255

2.1.4. Limitar el número de pacientes	255
2.1.5. Mantenerse actualizado	255
2.2. Estrategias personales	256
2.2.1. Pautas básicas de autocuidado para la salud	256
2.2.2. Asistir como paciente a psicoterapia	256
2.2.3. Dedicarse espacio personal donde no entre la psicología	256
2.3. Estrategias organizacionales	256
3. Recursos para el autoaprendizaje y actualización de conocimientos del psicólogo sanitario	257
4. Conocimiento de otros enfoques psicoterapéuticos	259
Conceptos básicos	261
Actividades de repaso	261
Ejercicios voluntarios	262
Referencias bibliográficas	263

