

# ÍNDICE SISTEMÁTICO

	<u>PÁGINA</u>
Prólogo .....	7
<b>Unidad didáctica 1. Cuestiones iniciales sobre el trabajo del psicólogo general sanitario .....</b>	<b>11</b>
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
<b>Unidad didáctica 2. La relación terapéutica: habilidades para la vinculación con el paciente .....</b>	<b>41</b>
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 .....	52
3.1. La alianza mediada por la transferencia .....	52
3.2. La alianza como elemento técnico añadido .....	53
3.3. La alianza como construcción necesaria para el proceso .....	53
4. Influencia de la alianza en los resultados del tratamiento psicológico .....	54
5. Condiciones y actitudes para la construcción de la alianza .....	55
5.1. Empatía .....	56
5.2. Validación o aceptación positiva .....	56
5.3. Genuinidad .....	58
5.4. Reparación de las rupturas .....	58
5.4.1. Intervenciones sobre tareas y objetivos (contrato) .....	59
5.4.1.1. Directas .....	60
5.4.1.2. Indirectas .....	60

5.4.2. Intervenciones sobre el vínculo relacional .....	61
5.4.2.1. Directas .....	62
5.4.2.2. Indirectas .....	63
6. Variables del paciente .....	63
Conceptos básicos .....	65
Actividades de repaso .....	65
Ejercicios voluntarios .....	66
Referencias bibliográficas .....	67
<b>Unidad didáctica 3. Habilidades de comunicación del psicólogo general sanitario .....</b>	<b>69</b>
Objetivos de la unidad .....	70
1. Comunicación en el proceso psicoterapéutico .....	71
2. La escucha .....	73
2.1. Actitudes de escucha .....	73
2.2. Respuestas de escucha .....	76
2.2.1. Clarificación .....	76
2.2.2. Paráfrasis .....	78
2.2.3. Reflejo .....	79
2.2.4. Recapitulación .....	81
3. Estar presentes .....	82
4. Lenguaje no verbal .....	83
5. Hacer preguntas .....	86
Conceptos básicos .....	88
Actividades de repaso .....	88
Ejercicios voluntarios .....	89
Referencias bibliográficas .....	90

<b>Unidad didáctica 4. Primeras sesiones: desarrollo de la entrevista psicológica .....</b>	<b>91</b>
Objetivos de la unidad .....	93
1. Definición y clasificación .....	94
1.1. Funciones de la entrevista .....	97
2. La primera entrevista .....	97
2.1. Tener claras las metas .....	99
2.2. Buscar puntos de conexión con el paciente .....	99
2.3. No contradecir al paciente en sus motivaciones para la psicoterapia ..	100
2.4. Evaluar áreas problema y también áreas saludables .....	100
2.5. Transmitir esperanza e implicación .....	100
2.6. Elegir estrategia: tener prevista una de antemano y proponerla .....	102
2.7. No precipitarnos para llegar a una conclusión sobre el problema .....	103
3. Desarrollo de la entrevista .....	104
3.1. Preguntas de la entrevista .....	106
3.2. Áreas que se deben valorar en la primera entrevista .....	107
3.3. Preguntas difíciles .....	109
3.4. Aplicación de test .....	110
4. El encuadre .....	111
Conceptos básicos .....	113
Actividades de repaso .....	114
Ejercicios voluntarios .....	114
Referencias bibliográficas .....	115
 <b>Unidad didáctica 5. Estrategias para el manejo de emociones ....</b>	 <b>117</b>
Objetivos de la unidad .....	118
1. ¿Qué son las emociones? .....	119
2. Regulación emocional .....	125
3. Habilidades del psicoterapeuta para facilitar la regulación emocional en psi- coterapia .....	128
3.1. Actitud de base segura .....	128

3.2. Identificación y reestructuración de creencias disfuncionales sobre las emociones .....	130
3.3. Psicoeducación .....	131
3.4. Etiquetado, simbolización para la expresión .....	122
3.5. Reflexión sobre las emociones .....	133
3.6. Fomento de la autoempatía y autocompasión .....	134
3.7. Ventana de tolerancia .....	134
3.8. Emociones positivas .....	136
Conceptos básicos .....	137
Actividades de repaso .....	137
Ejercicios voluntarios .....	138
Referencias bibliográficas .....	139
<b>Unidad didáctica 6. Movilización a través de la relación terapéutica .....</b>	<b>141</b>
Objetivos de la unidad .....	143
1. Introducción .....	144
2. Cambios en el estilo terapéutico como movilizador de la terapia .....	145
2.1. Grado de flexibilidad .....	147
2.1.1. ¿Cuándo puede ser conveniente adoptar un estilo más rígido? .....	147
2.2. Grado de directividad .....	149
2.2.1. ¿En función de qué es conveniente modificar el grado de directividad? .....	151
3. Transferencia y contratransferencia .....	152
3.1. La transferencia .....	154
3.1.1. Diferenciar la transferencia .....	154
3.1.2. Tipos de transferencia .....	155
3.2. La contratransferencia .....	155
3.3. Importancia de usar la transferencia y la contratransferencia en psicoterapia .....	156

4. Autoobservación del propio psicólogo .....	157
5. Metacomunicación .....	158
6. Autorrevelación .....	160
Conceptos básicos .....	162
Actividades de repaso .....	162
Ejercicios voluntarios .....	163
Referencias bibliográficas .....	164
<b>Unidad didáctica 7. Superar obstáculos durante el proceso de intervención .....</b>	<b>165</b>
Objetivos de la unidad .....	167
1. El cambio .....	168
2. La resistencia .....	169
2.1. Concepto de resistencia como proceso intrapsíquico .....	169
2.2. Concepto de resistencia como proceso interpersonal .....	170
2.3. Concepto amplio y contemporáneo de resistencia .....	171
3. Tipos de resistencias .....	172
3.1. Conductas orientadas a reducir el valor de la emoción .....	173
3.2. Conductas evasivas .....	174
3.3. El lenguaje resistente .....	174
3.4. Huida hacia la salud .....	175
3.5. Conductas conciliadoras .....	176
3.6. Conductas provocativas .....	176
4. Intervención ante las resistencias .....	177
4.1. Ignorarla y respetarla .....	177
4.2. Señalarla .....	178
4.3. Aliarse con la resistencia .....	178
4.4. Confrontarla .....	178
4.5. Intervenciones paradójicas .....	180
4.6. El uso de las metáforas .....	181

5. El paciente con riesgo suicida .....	182
5.1. Evaluación .....	182
5.2. Intervención .....	184
6. El entorno como obstáculo .....	185
7. Cuando ha llegado el fin .....	186
7.1. Cuando el paciente no quiere seguir .....	186
7.2. Cuando el paciente elige no curarse o su problema no puede resolverse .....	187
7.3. Cuando el paciente ya está bien .....	188
Conceptos básicos .....	189
Actividades de repaso .....	190
Referencias bibliográficas .....	190
<b>Unidad didáctica 8. Habilidades específicas para el trabajo con población infantil .....</b>	<b>191</b>
Objetivos de la unidad .....	193
1. Enmarcando el trabajo con población infantil .....	194
1.1. Algunos principios básicos .....	194
1.1.1. El niño no es un ser aislado de su entorno o sistema .....	195
1.1.2. El niño es un ser en desarrollo .....	195
1.1.3. El diagnóstico es algo que debemos manejar con cautela .....	195
1.1.4. El tratamiento en psicoterapia infantil debe ser familiar .....	196
1.1.5. El código deontológico sigue vigente en las intervenciones con menores .....	196
2. Cuestiones prácticas respecto a la psicoterapia con niños .....	197
2.1. Intervenciones con familiares .....	197
2.2. Intervenciones con niños muy pequeños .....	197
2.3. El secreto profesional .....	197
2.4. El espacio de trabajo .....	199
3. Habilidades básicas para la intervención con niños .....	200
3.1. Habilidades y actitudes generales .....	200

3.2. Creatividad y capacidad para el juego .....	201
3.3. Habilidades para el trabajo con padres .....	203
3.4. Manejo de situaciones para evitar acciones yatrogénicas .....	204
3.5. Conocimiento sobre el desarrollo infantil .....	205
3.6. Conocimiento sobre las causas de los problemas infantiles .....	208
3.7. Habilidades para interpretar la información relacionalmente .....	210
4. La entrevista .....	212
4.1. Guía para la entrevista con un niño .....	213
Conceptos básicos .....	216
Actividades de repaso .....	217
Ejercicios voluntarios .....	217
Referencias bibliográficas .....	218
 <b>Unidad didáctica 9. Habilidades para la organización de la información clínica</b> .....	 219
Objetivos de la unidad .....	220
1. Tipos de información clínica .....	221
2. La historia clínica .....	222
2.1. En las primeras sesiones .....	224
2.2. Sesiones de evaluación y devolución .....	225
2.3. En la fase de tratamiento .....	225
2.4. Ejemplo de historia clínica .....	227
3. El informe psicológico .....	231
3.1. Encabezamiento y datos de filiación de paciente y psicólogo .....	231
3.2. Información clínica .....	232
3.3. Estilo .....	233
3.4. Ejemplo de informe .....	234
4. Situaciones especiales .....	239
4.1. Menores de edad .....	239
4.2. Derivaciones .....	240
5. Derechos de acceso del paciente a sus datos .....	240

Conceptos básicos .....	242
Actividades de repaso .....	243
Ejercicios voluntarios .....	243
Referencias bibliográficas .....	244
<b>Unidad didáctica 10. Otras habilidades prácticas necesarias .....</b>	<b>245</b>
Objetivos de la unidad .....	247
1. Coordinación con otros profesionales .....	248
1.1. Tipos de coordinación con otros profesionales .....	248
1.2. Aspectos legales y deontológicos que se han de tener en cuenta .....	249
1.3. Casos en los que podemos derivar a un paciente .....	250
1.4. Comunicación entre profesionales .....	251
1.5. Tipo de información que se va a compartir .....	252
1.6. Algunas preguntas frecuentes .....	253
1.6.1. ¿Quién debe promover la coordinación? .....	253
1.6.2. ¿Qué debe saber nuestro paciente cuando nos coordinemos con terceros? .....	253
1.6.3. ¿Qué otro tipo de coordinación tendremos que realizar más allá de la intervención psicoterapéutica? .....	253
1.6.4. ¿Podemos realizar informes conjuntos con otros profesionales? .....	254
1.7. Ejemplos más comunes de coordinación .....	256
1.7.1. Psiquiatra .....	256
1.7.2. Neurólogo y neuropsicólogo .....	256
1.7.3. Profesionales educativos .....	257
1.7.4. Trabajadores sociales .....	257
2. El autocuidado en psicólogos sanitarios .....	257
2.1. Estrategias profesionales .....	258
2.1.1. Realizar actividades variadas diferentes a la atención directa de casos .....	258
2.1.2. Supervisar los casos .....	258
2.1.3. Dialogar con los colegas sobre las experiencias personales en el trabajo clínico .....	259

2.1.4. Limitar el número de pacientes .....	259
2.1.5. Mantenerse actualizado .....	259
2.2. Estrategias personales .....	260
2.2.1. Pautas básicas de autocuidado para la salud .....	260
2.2.2. Asistir como paciente a psicoterapia .....	260
2.2.3. Dedicarse espacio personal donde no entre la psicología .....	260
2.3. Estrategias organizacionales .....	260
3. Recursos para el autoaprendizaje y actualización de conocimientos del psicólogo sanitario .....	261
4. Conocimiento de otros enfoques psicoterapéuticos .....	263
Conceptos básicos .....	265
Actividades de repaso .....	265
Ejercicios voluntarios .....	266
Referencias bibliográficas .....	267
<b>Unidad didáctica 11. Casos prácticos .....</b>	<b>269</b>
Objetivos de la unidad .....	271
1. Introducción .....	272
2. Caso práctico 1: Minerva .....	273
2.1. Presentación del caso 1 .....	273
2.2. Análisis del caso 1 .....	274
3. Caso práctico 2: Bastian .....	276
3.1. Presentación del caso 2 .....	276
3.2. Análisis del caso 2 .....	277
4. Caso práctico 3: Cosmo .....	279
4.1. Presentación del caso 3 .....	279
4.2. Análisis del caso 3 .....	281
5. Caso práctico 4: Jasón .....	282
5.1. Presentación del caso 4 .....	282
5.2. Análisis del caso 4 .....	283

6. Caso práctico 5: Dafne .....	284
6.1. Presentación del caso 5 .....	284
6.2. Análisis del caso 5 .....	286
7. Caso práctico 6: Naia .....	287
7.1. Presentación del caso 6 .....	287
7.2. Preguntas sobre el caso 6 .....	288
8. Caso práctico 7: Casandra y Neo .....	290
8.1. Presentación del caso 7 .....	290
8.2. Preguntas sobre el caso 7 .....	291
<b>Anexo</b> .....	<b>293</b>
1. Introducción .....	295
2. ¿Debemos dar al paciente un documento con las normas del encuadre por escrito? .....	295
3. Hablando sobre motivaciones personales del terapeuta, se habla de motivaciones funcionales y disfunciones. ¿Se podría explicar con otro ejemplo? .....	295
4. ¿Cómo influye el sexo en el grado de directividad? .....	296
5. Hablando sobre las orientaciones teóricas, ¿a qué se refiere que el psicoanálisis mantenga una posición de máxima neutralidad? .....	296
6. Se expone que los psicólogos hacemos también prevención terciaria (tratamiento). ¿Esto no sería competencia del psicólogo clínico? .....	297
7. ¿Por qué es tan necesario que un psicólogo haga psicoterapia? .....	297
8. ¿En qué consiste exactamente la idea de la confrontación, que aparece en diferentes puntos del manual? .....	298
9. El concepto de «desafío» que se menciona en el tema sobre la alianza, ¿a qué se refiere?.....	298
10. Cuando en el manual aborda en el segundo capítulo los cuatro elementos de la actitud de aceptación positiva de Cormier y Cormier, ¿a qué se refiere exactamente la actitud no valorativa? .....	299
11. ¿En qué consiste la idea de aliarse con la resistencia? .....	299
12. ¿Qué es la «mentalización»? .....	299
13. En relación con los tipos de emociones que se proponen en el texto, clasificación de Damasio, ¿qué serían entonces los sentimientos? .....	300

14. En el caso de que tras la primera sesión/es valoremos que no continuamos con el/la paciente por el motivo que sea, ¿cómo se debe proceder a ello? .....	300
15. En relación con la confidencialidad, se expone en el texto que debemos explicar al paciente el deber de secreto profesional, y que, si el paciente lo pregunta, le aclararemos las excepciones. ¿Únicamente si lo pregunta? .....	301
16. ¿Por qué si un paciente es asertivo o agresivo nos puede hacer «pasar un mal rato» tal y como se señala en la unidad sobre la entrevista? .....	301
17. ¿A qué se refiere el término «ganancia secundaria»? .....	302
18. ¿Qué es el <i>acting-out</i> ? .....	302
19. ¿El terapeuta puede tener «transferencia» hacia el paciente? .....	302
20. Respecto a la autorrevelación, ¿en qué casos es aconsejable decir información personal y en cuáles no? .....	303
21. En el tipo de resistencia «huida hacia la salud», etc. ....	303
22. ¿Qué finalidad tiene hacer registro de las fechas de las sesiones? .....	303
23. Si necesitamos supervisar un caso, ¿es necesario informar al paciente y recoger su consentimiento? .....	304
24. ¿Siempre se da el consentimiento informado en las primeras sesiones?, ¿puede realizarse de forma verbal o debe ser por escrito? .....	304
25. En función de la edad del niño, ¿debemos cambiar la forma de proceder para ver a los padres? ¿A qué edad dejan de ser «no compradores» de la terapia? .....	304



