



**PROGRAMAS DE FORMACION EN  
TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA  
AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.**

**CENTRO DOCENTE  
“PSICOSOLUCIONES” (CÁCERES)**

**DIRECTORA Y SUPERVISORA DOCENTE:  
TERESA BERMEJO ESCOBAR**



# PSICOSOLUCIONES

DIRECCIÓN DE ESTOS PROGRAMAS:  
TERESA BERMEJO ESCOBAR



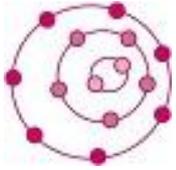
# AREAS PRINCIPALES DE FORMACION Y EXPERIENCIA: TERESA BERMEJO ESCOBAR

- Terapeuta familiar y supervisora docente.
- Psicóloga especialista en psicología clínica y en psicoterapia.
- Posgrado en Terapia Familiar Sistémica
- Experto en psicoterapia e hipnosis ericksoniana.
- Máster en terapia narrativa y servicios comunitarios.



# PSICOSOLUCIONES

**SOBRE PSICOSOLUCIONES COMO  
CENTRO**



# CENTRO DE PSICOLOGÍA Y TERAPIA FAMILIAR “PSICOSOLUCIONES”

- Consulta privada de psicología
- Centro docente F.E.A.T.F.



# PSICOSOLUCIONES

**PROGRAMAS FORMATIVOS  
AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.**



# PROGRAMAS DE FORMACION EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.

- Programa de formación de Terapeutas familiares
- Programa de formación de Expertos en intervenciones sistémicas



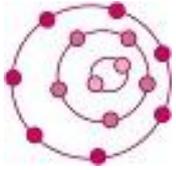
# PSICOSOLUCIONES

**ESTRUCTURA BÁSICA DE LOS  
PROGRAMAS FORMATIVOS  
AVALADOS POR LA F.E.A.T.F**



# PROGRAMAS DE FORMACION EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.

	TERAPEUTAS	EXPERTOS
<b>BÁSICO</b>	200	
<b>AVANZADO</b>	400	200
<b>SUPERVISIÓN</b>	150	50
<b>TRABAJO PERSONAL</b>	75	-



# PSICOSOLUCIONES

## CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE ESTOS PROGRAMAS FORMATIVOS



# ESTOS DOS PROGRAMAS DE FORMACION EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA

- Avalados por la F.E.A.T.F.
- Eminentemente prácticos.
- Adaptados a cada participante y a cada grupo.
- Creatividad, expresión artística, recursos analógicos.
- Apertura, integración y adaptación de innovaciones procedentes de otros ámbitos.
- Construccionismo social.



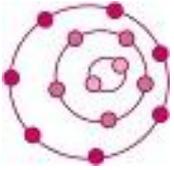
# PSICOSOLUCIONES

## METODOLOGÍA DE ESTOS PROGRAMAS FORMATIVOS



# METODOLOGÍA

- Técnicas de escenificación de entrevistas
- Grabación, visualización y análisis de entrevistas familiares.
- Presentación y estudio de casos.
- Visualización de material didáctico pregrabado.
- Lectura, análisis y conversaciones reflexivas sobre bibliografía adaptada.
- Dinámicas favorecedoras del trabajo en equipo.
- Dinámicas y ejercicios de trabajo personal.



# “TRABAJANDO CON NUESTROS RECURSOS A TRAVÉS DE METÁFORAS”

UNA ALTERNATIVA DE TRABAJO PERSONAL  
GRUPAL PARA TRABAJAR LOS ASPECTOS  
EMOCIONALES Y RELACIONALES DE LOS/AS  
TERAPEUTAS EN FORMACIÓN



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

DÓNDE SE UBICA  
ESTE TRABAJO CON METÁFORAS  
DENTRO DE LOS PROGRAMAS  
AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.



# PROGRAMAS DE FORMACION EN TERAPIA FAMILIAR SISTÉMICA AVALADOS POR LA F.E.A.T.F.

	TERAPEUTAS	EXPERTOS
<b>BÁSICO</b>	200	
<b>AVANZADO</b>	400	200
<b>SUPERVISIÓN</b>	150	50
<b>TRABAJO PERSONAL</b>	75	-



# PROGRAMA DE FORMACION DE TERAPEUTAS FAMILIARES

## Trabajo Personal

- ✓ Individual o grupal
- ✓ Sobre:
  - los aspectos emocionales de la persona del terapeuta
  - sus relaciones con los miembros significativos de su sistema, familiar (de origen y creado) y no familiar.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## CÓMO OS VOY A PRESENTAR ESTE TRABAJO PERSONAL GRUPAL CON METÁFORAS



# TRABAJO PERSONAL CON METÁFORAS

- Objetivos
- Enfoques
- Actividades
- Resultados
- Bibliografía



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## OBJETIVOS DE ESTE TRABAJO PERSONAL GRUPAL CON METÁFORAS



# OBJETIVOS

- Trabajar los aspectos emocionales y relacionales de la persona del terapeuta de manera que favorezca su desempeño profesional
- Acercarse a estos aspectos generando un contexto respetuoso y adaptado a cada participante y al grupo.
- Incorporar la parte lúdica y artística para favorecer el aprendizaje.
- Identificar y ampliar recursos y excepciones facilitando que la persona en formación se sienta reforzada como profesional.
- Generar sentido de pertenencia al grupo como apoyo para la práctica profesional.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## ENFOQUES PRINCIPALES DE REFERENCIA



# ENFOQUES PRINCIPALES

- Terapia centrada en las soluciones
- Psicoterapia ericksoniana
- Terapia narrativa



# TERAPIA CENTRADA EN LAS SOLUCIONES

- Co-construcción de la demanda del/a terapeuta en formación.
- Formulación de objetivos acordados.
- Trabajo con excepciones
- Preguntas de proyección al futuro
- Preguntas cambios pre-tratamiento



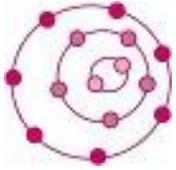
# PSICOTERAPIA ERICKSONIANA

- Metáforas psicoterapéuticas.
- Utilización como recurso psicoterapéutico.
- Comunicación y lenguaje ericksoniano.
- Inducciones hipnóticas orientadas a los objetivos formativos acordados previamente.



# TERAPIA NARRATIVA

- Práctica narrativa del árbol de la vida y del bosque de la vida, transformados aquí en el árbol del terapeuta y el bosque de los/as terapeutas.
- Práctica narrativa de testigos externos y ceremonias de definición.
- Cartas y documentos narrativos.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## DESARROLLO DEL TRABAJO PERSONAL GRUPAL CON METÁFORAS



## LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- La metáfora es uno de los recursos psicoterapéuticos y didácticos más utilizados en psicoterapia ericksoniana.
- Se utiliza en forma de analogías, anécdotas o historias cortas, historias largas y elaboradas, tareas metafóricas.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

PARA QUÉ SE LLEVA A CABO  
ESTE TRABAJO CON METÁFORAS



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Se utilizan PARA:
  - favorecer la comunicación,
  - acceder con más facilidad a los recursos personales y grupales,
  - generar contextos de colaboración,
  - recordar mejor lo aprendido,



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- PARA generar asociaciones que enriquezcan los aprendizajes y que los integren con aprendizajes previos,
- facilitar que cada participante y el grupo adapte e incorpore los aprendizajes a lo que necesite o le interese en cada momento de su proceso de aprendizaje, ...



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

CÓMO SE DESARROLLA  
ESTE TRABAJO CON METÁFORAS



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

CÓMO se desarrolla:

- formulando con los participantes los objetivos principales que pretenden conseguir,
- interesándonos por los recursos,
- escuchando y observando atentamente
- utilizando, a medida que van surgiendo, los recursos que nos ofrece cada participante y el grupo en su conjunto,



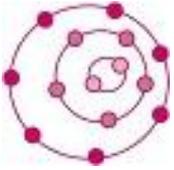
# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- **CÓMO** se desarrollan:
  - elaborando metáforas adaptadas a cada participante y al grupo a partir de lo que nos van ofreciendo que se guíen por los objetivos formulados,
  - participando del proceso creativo, junto a los/as participantes para, desde las funciones docentes, aunar recursos como parte del grupo.
  - utilizando una forma de transmitir las que facilite que sea escuchada con atención e interés por parte de ellos/as.



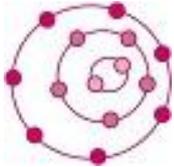
# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

OTROS ASPECTOS A TENER EN  
CUENTA EN  
ESTE TRABAJO CON METÁFORAS



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Las metáforas integran aspectos digitales y analógicos, verbales y no verbales, simbólicos, artísticos, creativos, desde una estructura flexible, abierta, y adaptable a cada persona.
- Fuentes de metáforas: la propia vida de cada persona, sus actividades, aficiones, trabajos, relaciones,...objetos, imágenes, juegos, anécdotas, cuentos, ejemplos, tareas, situaciones, canciones, poemas, películas, pinturas, fotografías, lugares, ...



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Cada metáfora se adecúa al objetivo terapéutico acordado, por ejemplo:
  - los cuentos suelen producir un efecto regresivo, flexibilidad, aprendizaje, dejarse cuidar,...
  - las anécdotas suelen inspirar confianza y esperanza,
  - las referencias históricas y científicas y los refranes pueden generar aceptación sin razonamientos,
  - los símbolos y rituales, o tareas, pueden utilizar las creencias o dejar un margen de respuesta a la persona.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

PROPUESTA DE EJERCICIO QUE PUEDA  
FACILITAR LA COMPRESION DE LOS  
ASPECTOS EXPERIENCIALES DE ESTE  
TRABAJO



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

AHORA OS PROPONGO un ejercicio que os puede ayudar a entender este trabajo.

No es necesario que lo hagas, al ser una grabación, puedes adelantar la visualización hasta donde a ti te interese.

Si quieres hacerla, puedes ir pausando su desarrollo cuando tú quieras, para permitirte el tiempo que tú necesites en cada paso.

Quizá quieras cerrar tus ojos para te ayude a experimentarlo con más facilidad.

Espero que te resulte útil y puedas disfrutarlo.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

Te invito con este ejercicio:

- A recordar algún momento de tu vida en el que te hayas sentido bien, de alguna manera, por haber conseguido algo, como fruto de haber utilizado alguno de tus recursos, alguno que haya sido útil y gratificante, de alguna manera, quizá, para ti y, quizá también, para otras personas importantes para ti...



## LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- A continuación puedes centrarte en las sensaciones positivas que tuviste, cómo te sentías, cómo notabas tu cuerpo, qué sensaciones agradables tenías en tu cuerpo, quizá recuerdes incluso algo que oías, o qué veías, o algún olor, especial, quizá, que llegaba hasta ti,...



## LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- y en qué pensamientos se te venían a la cabeza, qué pensabas en ese momento de ti mismo, de ti misma, qué recuerdos te llegaban, quizá, algo qué te decías a ti mismo, a ti misma,...



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Y también quizá puedas evocar con quién estabas, a quién te dirigiste, de alguna manera (a quien llamaste, a quien enviaste algún mensaje, a quien se lo contaste, de quién te acordaste, con quien deseaste compartir ese momento,...)



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Y ahora te invito a que trates de asociar todo esto que experimentaste, y que de alguna manera estás experimentando en este momento, a algo que lo represente y que tal vez te pueda ayudar a recordarlo, quizá una imagen, o a una canción o a alguna música o a algún sonido, o quizá te recuerde a alguna historia que has escuchado o leído, o tal vez a algún lugar especial para ti, o a un poema, o tal vez a alguna actividad con lo que disfrutas o con la que puedes quizá disfrutar de nuevo, si quieres,...



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

- Y, puedes elegir, de eso que has escogido para representar la experiencia, algo concreto, que puedas tener accesible con facilidad, que quizá puedas tocar, o ver, o escuchar, o quizá oler,... y que te pueda recordar, una y otra vez, cada vez que tú quieras, a todo aquello que has asociado a esa experiencia y que te puede ayudar; quizá, en los próximos días o en otras próximas ocasiones en las que quieras acceder y utilizar ese recurso.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

ALGUNAS ACTIVIDADES DE LAS QUE SE  
DESARROLLAN EN ESTE TRABAJO  
PERSONAL GRUPAL CON METÁFORAS



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## ACTIVIDADES

- Presentación metafórica.
- Co-construcción de demanda y objetivos.
- “¿Qué es un/a terapeuta?”.
- “¿Por qué terapeuta?”.
- Aficiones-recursos personales.
- Motores significativos en tu vida.



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

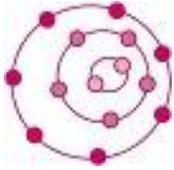
## ACTIVIDADES

- Inducciones ericksonianas.
- Relatos metafóricos.
- Árbol del/a terapeuta y bosque de l@s terapeutas.
- Metáforas a través de música, películas,...
- Carta de agradecimiento a persona significativa.
- ...



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

**ALGUNOS RESULTADOS A TRAVÉS DE  
LOS COMENTARIOS DE LOS Y LAS  
PARTICIPANTES**



# LAS METÁFORAS EN EL TRABAJO PERSONAL DEL TERAPEUTA FAMILIAR EN FORMACIÓN

## ALGUNOS RESULTADOS

- Comentarios literales sobre **lo que les aporta** este tipo de trabajo.
- Comentarios sobre los **recursos** que les ayuda a identificar este trabajo.
- Comentarios sobre los **objetivos** que genera en ell@s este tipo de trabajo.



## COMENTARIO SOBRE “¿POR QUÉ TERAPEUTA?”

“Creo que a través de las experiencias que cuentan las personas puedo dar sentido a otras mías. Me ayuda a **conocer** lo que quieren hacer otros, cómo solucionan sus problemas o dificultades, qué esperan de mí y sobre todo cómo ayudar a facilitar un camino o un cambio que a priori les resulta muy complicado”.



## LO QUE VALORA DE ESTE TRABAJO PERSONAL

“Valoro positivamente el **espacio y tiempo** dedicado para el trabajo personal **intensivo**, la orientación **práctica y experiencial**, la **integración de prácticas** narrativas (árbol , testigos externos,...), el trabajo con metáforas, las inducciones personalizadas, el enfoque práctico del centrado en soluciones, la variedad, lo ameno que resulta. Efectivamente tenemos la sensación de que *aunque parece ligero, te llevas mucho*”.



## LO QUE LE APORTA ESTE TRABAJO PERSONAL

- Disposición al trabajo de **introspección personal**.  
**Apertura a experiencias de trabajo personal**.  
**Observación** de mi estado, de mi experiencia.  
**Compartir** con los demás estas sensaciones y reflexiones.
- **Escucha, interés** por la vida y experiencias de los **otros**. Reconocimiento de aspectos valiosos para ellos. **Acompañar** en su propio reconocimiento  
**Aportar** conexiones con aspectos propios.



# COMENTARIOS SOBRE LOS RECURSOS CON LOS QUE CONECTA

- “Las jornadas están tan **formuladas en positivo** que surgen un montón de **recursos y apoyos** que nos acompañan en nuestro día a día”.
- “Para mí tiene que ver con los *recursos que son mis orígenes, los elementos que han ido construyéndome, y conectando con mi presente y mi futuro como persona y profesional, como un todo.* También con recuperar y valorar esos recursos o con la **introducción de cambios** (*introducir pausas, seleccionar música que te impulse a hacer lo que quiero hacer*). A este respecto, entre otras cosas he valorado la **herramienta** que supone para mí *la música*. Es como otro recurso terapéutico, a través de ella puede ser muy fácil **conectar con emociones** determinadas. *Son cosas que nos hacen la vida más fácil*”.



## COMENTARIOS SOBRE LA PRÁCTICA DEL ÁRBOL DEL/A TERAPEUTA Y DEL BOSQUE DE LOS/AS TERAPEUTAS

“Qué relación vemos **entre los árboles**: *particularidad, únicos en su diversidad, llenos de vida y emociones, con un contexto, un subsuelo común. Ante las amenazas (cuento *La Planta Liberada*), están las respuestas que dan para protegerse. Lo mismo que a la persona, las amenazas ponen en riesgo nuestro “ser terapeuta”. Nosotros como terapeutas también tenemos **nuestras propias respuestas para proteger aquello que es importante** para nosotros. Respuestas en función de los recursos con los que contamos, personales y sistémicos (comunitarios, sociales,..).*

Las amenazas NO somos nosotros. ¿Cuáles son para mí como terapeuta? , ¿cuáles son comunes a las de mis compañer@s?”



## COMENTARIOS EN RELACIÓN A LAS OBJETIVOS-TAREAS METAFÓRICAS

- “Un listado de canciones que nos conectan con el estado que queremos conseguir, con la identidad preferida.
- Trabajar la inducción grupal que se nos ha ofrecido.
- Revisar el tamaño y la carga de “mi mochila”. Darle prioridad y mantener pausas en mi actividad profesional, también en mis actividades cotidianas.
- Seguir el enfoque centrado en soluciones en mi manera de afrontar las situaciones a todos los niveles.”



## CARTA DE AGRADECIMIENTO A PERSONA SIGNIFICATIVA

*“Me has aportado saber que existe otra manera de ser terapeuta, una manera humana, cercana, sencilla, respetuosa. Me has hecho sentir que funciona, que puede ser útil, a través de la importancia de ajustarse para conectar con las personas, y acompañarles, facilitándole el ser protagonistas de su propio camino hacia lo que ellas quieran conseguir.”*



## 2 SUGERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS SI QUIERES CONOCER ALGO MÁS SOBRE LOS FUNDAMENTOS TEÓRICO-PRÁCTICOS DE ESTA FORMACIÓN

- Manual de Terapia Sistémica. Principios y herramientas de intervención. Ed. Desclée de Brouwer. Compilación de Alicia Moreno.
- Camino, A. y Gibernau M. Aportaciones de la hipnosis ericksoniana a la terapia familiar. *Apuntes de Psicología*, 2009, Vol. 27, número 2-3, págs. 219-234.



# GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN

**Teresa Bermejo Escobar**  
**Psicosoluciones (Cáceres)**  
[www.psicosolucionescaceres.com](http://www.psicosolucionescaceres.com)  
[tereber@cop.es](mailto:tereber@cop.es)  
**617918556**