

## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre	Focusing experiencial
Código	
Titulación	Máster Universitario en Psicología General Sanitaria
Curso	2º
Cuatrimestre	
Créditos ECTS	2
Carácter	Optativo
Departamento	Psicología
Área	
Universidad	Universidad Pontificia Comillas
Horario	
Profesores	María del Carmen Martín-Aragón Martín-Aragón
Descriptor	

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	María del Carmen Martín-Aragón Martín-Aragón
Departamento	Psicología
Área	Psicología
Despacho	
e-mail	<a href="mailto:focusthus@gmail.com">focusthus@gmail.com</a>
Teléfono	
Horario de Tutorías	Previa petición de cita por correo electrónico

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
Aportación al perfil profesional de la titulación
<p>El Enfoque Corporal o Focusing, según lo define su creador, Eugene Gendlin, “<i>es un proceso de toma de conciencia y de sanación emocional que trabaja con la experiencia corporalmente sentida o felt sense</i>”.</p> <p>Se trata de una terapia experiencial dentro de las terapias humanistas. Ofrece al terapeuta la habilidad de enfocar la experiencia corporalmente sentida o “<i>felt-sense</i>” del cliente. Este filósofo y psicólogo descubrió que las personas que, en mayor medida, conseguían contactar con la conciencia corporal, tenían más posibilidades de concluir con éxito su terapia.</p> <p>Focusing constituye una importante herramienta para el terapeuta, para facilitar procesos de cambio y es aplicable a cualquier enfoque terapéutico.</p>

Las competencias más destacadas que Focusing ofrece al terapeuta serían:

- 1) facilitar la atención corporal e identificar la sensación corporal
- 2) validar la sensación corporal y promover la regulación emocional de los clientes
- 3) crear un foco atencional interno, que permita la formación de la sensación corporalmente sentida y sus significados, atendiendo al despliegue de nuevos significados
- 4) ejercer una empatía referencial y corporal, proporcionando seguridad, respeto y aprecio genuino al cliente, que promuevan la autoexploración y la alianza terapéutica
- 5) apoyar la autonomía fomentando la toma de conciencia de un referente interno para una conducta autodeterminada y congruente, desarrollando procesos saludables de toma de decisiones del cliente, informada por la experiencia corporalmente sentida

#### Prerrequisitos

Ninguno

#### Competencias de la materia

1. Adquirir, desarrollar y poner en práctica un concepto de salud integral, en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma, de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS
2. Aplicar los fundamentos de la bioética y el método de deliberación en la práctica profesional, ajustándose su ejercicio como profesional sanitario a lo dispuesto en la Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias.
10. Saber comunicar y comunicarse con otros profesionales, y dominar las habilidades necesarias para el trabajo en equipo y en grupos multidisciplinarios
12. Conocer en profundidad la naturaleza psicológica del comportamiento humano, así como los factores sociales y biológicos que pueden afectarlo
16. Conocer en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de los trastornos del comportamiento y en los factores psicológicos asociados con los problemas de salud

## BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

### Contenidos – Bloques Temáticos

#### BLOQUE 1: Focusing y procesos experienciales

**Tema 1: Introducción al Enfoque Corporal**

**Tema 2: Focusing y Psicoterapia Humanista**

**Tema 3: Focusing como herramienta en psicoterapia**

**BLOQUE 2: Focusing y la filosofía de lo implícito de Gendlin****Tema 1: Filosofía de lo implícito****Tema 2: Del “Experiencing” a “Focusing”****Aspectos metodológicos generales de la asignatura**

Actividades formativas	Horas Presenciales		Horas No presenciales		Total Horas
Lecciones de carácter expositivo	6		-		6
Lectura y comentario crítico de textos científicos	3		12		15
Trabajos individuales de carácter práctico	6		8		14
Estudio y trabajo personal del alumno	-		15		15
Total horas	Total Horas Presenciales:	15 horas	Total Horas No presenciales:	35	Horas totales: 50 horas

**EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

Actividades de evaluación	Ponderación
Asistencia y participación en clase *	10%
Evaluación de las actividades formativas realizadas en el aula	30%
Trabajos teóricos o prácticos sobre temas específicos del curso (Memoria)	60%

\*Tal y como se recoge en el artículo 7 (Normas académicas del Máster Universitario en Psicología General Sanitaria) la asistencia a clase y a las actividades docentes presenciales, cuya comprobación corresponde a cada profesor, es obligatoria para todos los alumnos. La inasistencia comprobada e injustificada a más de un tercio de las horas lectivas impartidas en cada asignatura, puede tener como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen en la convocatoria del mismo curso académico.

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

### Bibliografía Básica

#### Libros de texto

- Alemany, C. (1997). *La psicoterapia experiencial y focusing. La aportación de E. Gendlin*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Alemany, C. (Ed.) (2007). *Manual práctico del Focusing de Gendlin*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Amodeo, J. y Wentwort, K. (1999). *Crecer en intimidad*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Barceló, T. (2003). *Crecer en Grupo*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Barceló, T. (2013). *La sabiduría interior*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Bärlocher, D. (2006). *Aliviar el dolor con focusing. Técnicas efectivas para combatir el dolor de cabeza*. Madrid/España: Arkano Books.
- Flanagan, K. (2001). *A la búsqueda de nuestro genio interior*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Gendlin, E. (1988). *Focusing. Proceso y técnica del enfoque corporal*. Bilbao/España: Mensajero.
- Gendlin, E. (1999). *El focusing en psicoterapia. Manual del método experiencial*. Barcelona/España: Paidós.
- Gendlin, E. (2001). *Deja que tu cuerpo interprete tus sueños*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Gendlin, E. (2009). *Un modelo procesal*. Quito/Ecuador: Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing.
- Jaison, B. (2006). *La integración de la terapia experiencial y la terapia breve. Un manual para terapeutas y orientadores*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Lamboy, B. (2012). *Encontrar las mejores soluciones mediante focusing. A la escucha de lo sentido en el cuerpo*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- López, L. (2007). *Relajación en el aula. Recursos para la Educación Emocional*. Madrid: Wolters Kluwer.
- López, L. (2009). *Introducción al focusing*. Barcelona/España: PPU.
- Moreno, S. (2009). *Descubriendo mi sabiduría corporal. Focusing*. México: Ed. Focusing.
- Renn, K. (2008). *Tu cuerpo te dice quién puedes ser. Focusing: el camino de la atención interior*. Santander/España: Sal Terrae.
- Riveros, E. (2000). *El nuevo paradigma del experiencing*. Santiago de Chile/ Chile: Lom.
- Riveros, E. (2005). *Focusing experiencial y existencial*. Santiago de Chile/ Chile: Lom.
- Riveros, E. (2008). *Focusing. Un paradigma para la psicología del siglo XXI*. Santiago de Chile/ Chile: Oscar Lermada.
- Stapert, M. y Verliedfe, E. (2011). *Focusing con niños*. Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Siems, M. (1997). *Tu cuerpo sabe la respuesta*. Bilbao/España: Mensajero.
- Weiser, A. (1999). *El poder del focusing*. Barcelona/España: Obelisco.

#### Capítulos de libros

- Barceló, T. (2003). La relación con el sí mismo. Tentativas de focusing. En Barceló, T. *Creecer en Grupo* (pp. 151-166). Bilbao/España: Desclée de Brouwer
- Barceló, T. (2003). Segunda mueca. Percatándose. En Barceló, T. *Creecer en Grupo* (pp. 292-297). Bilbao/España: Desclée de Brouwer.
- Gendlin, E. (1999). Sobre lo que puede hacer el terapeuta para generar un paso experiencial. En E. T. Gendlin, *El Focusing en psicoterapia* (pp.73-93). Barcelona/España: Paidós.
- Weiser, A. (1997): La enseñanza del focusing utilizando cinco pasos y cuatro destrezas. En Brazier, D. *Más allá de Carl Rogers* (pp. 145-157). Bilbao/España: Desclée de Brouwer.

### Artículos

- Alemany, C. (1988). Despejar un espacio en focusing. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, (23/24), 69-83.
- Alemany, C. (1988). ¡Esa paradoja que es el cuerpo!. *Arquetipo*, (2), 59-72.
- Barceló, T. (2008). Cuerpos que escuchan. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 128, (66), 83-116.
- Barceló, T. (2008). La filosofía de lo implícito de Eugene Gendlin. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 129 (66), 413-438.
- Barceló, T. (2012). Focusing y física cuántica. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 136 (70), 161-197.
- García Monge, J. A. (1983). El focusing de Gendlin como estructura técnica del darse cuenta gestáltico. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, (5), 71-81.
- Gendlin, E. (2002). Rogers por Gendlin. *Holos revista*, (1), 15-19.
- Van Balen, R. (1997). Teoría del cambio de personalidad: comparación entre Rogers, Gendlin y Greenberg. *Revista de psicoterapia*, (32), 37-47.

### Páginas web

- Web oficial de The Focusing Institute: [www.focusing.org](http://www.focusing.org)
- Web oficial del Instituto Español de Focusing: [www.focusing.es](http://www.focusing.es)
- Web de THuS (Gabinete terapia Humanista y Sistémica): [www.psicologosthus.com](http://www.psicologosthus.com)

### Apuntes

Focusing I: Iniciación al Focusing. Por Mentxu Martín-Aragón y Tomeu Barceló