

VIEJAS Y NUEVAS TENDENCIAS EN LA INTEGRACION EN PSICOTERAPIA

Resumen

Las emociones son disposiciones del organismo que nos predisponen a actuar ante determinados estímulos de un modo que nos ha resultado útil en situaciones semejantes como individuos o a la especie. Buena parte de los problemas que tratamos en salud mental tienen que ver con la puesta en marcha automática, guiada por las emociones, de reacciones ante determinados estímulos. Aunque en realidad el trabajo con las emociones recorre todo el trabajo terapéutico, existen estrategias conversacionales que nos permiten guiarlo. La propuesta que se presenta parte de una visión de la psicoterapia como una práctica narrativa que permite tanto actuar sobre las emociones trabajando con las historias que nos contamos como actuar sobre las historias que nos contamos posicionándonos ante las emociones.