



XII JORNADA CIENTÍFICA
DE LA ASOCIACIÓN DE
PSICOTERAPEUTAS
“LAUREANO CUESTA”

**“TRAUMA y NUEVAS
MEMORIAS”**

PBSP
Pesso Boyden
Psychomotor

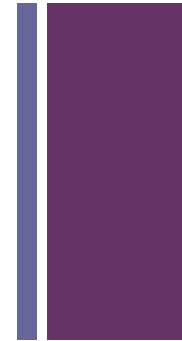
UNA INTRODUCCIÓN

ANA MARÍA RUIZ SANCHO, Madrid 02.04.2011



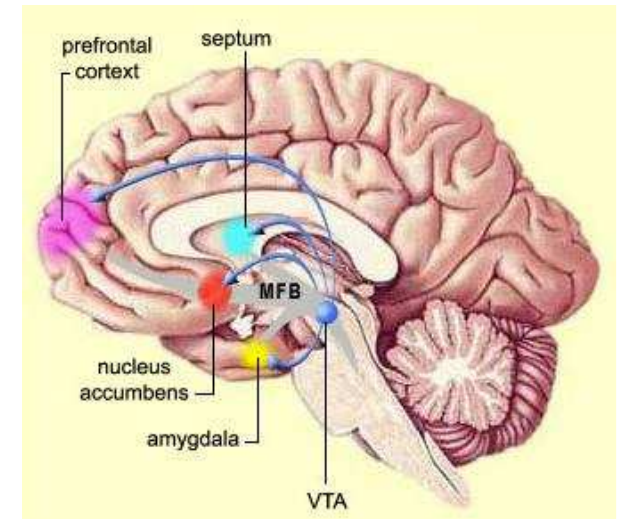
Índice

- Nuevas estrategias de tratamiento TERAPIAS “BALANCE AFECTIVO” (ABT, Affective Balance Therapies): PBSP
- FENOMENOLOGIA DE LA ESPERANZA Y DE LA DESESPERACION
- EL IMPACTO DEL TRAUMA
- LOS FUNDAMENTOS DE PBSP
 - El encuadre
 - El proceso (ESTRUCTURA): NUEVAS MEMORIAS
- PBSP en el TRAUMA
 - Límites a la receptividad
 - Límites a la Agresividad omnipotente
 - Límites al “poder adictivo del trauma”



+ TERAPIAS “BALANCE AFECTIVO” (ABT, Affective Balance Therapies)—Panksepp, 2009

- Importancia de los “afectos-emociones primarios—pre-proposicionales” ; tienen “una mente propia”, una forma de conciencia fenoménica que precede al lenguaje
 - Ciencia social del neurodesarrollo (Schore, Siegel, Stern)
 - Neuropsicoanálisis (Solms y Turnbull)
 - Neurociencia afectiva (Panksepp)
 - Nuevas perspectivas del sistema nervioso autónomo (Porges)
- Estas “energías mentales” (genéticamente determinadas) constituyen una conciencia núcleo (CORE-SELF), embrión de futuro aparato psíquico (construido a través de interacciones)
- Anatómicamente en estructuras medias del cerebro SUCORTICALES: sustancia gris periacueductal, hipotálamo, tálamo, núcleos basales (ej. Accumbens), amígdala, insula y varias estructuras medias frontales (cortex cingular, orbitofrontal, prefrontal medio)





Terapias ABT—fundamentos

(PANKSEPP, 2010)

- Las emociones/dinámicas afectivas, se traducen en VIVENCIAS (estados fenoménicos-experienciales) particulares, con un importante correlato corporal
- “7 BIG”: BUSQUEDA, MIEDO, RABIA, DESEO (sexual), CUIDADO, PANICO, JUEGO
- Tienen cierta AUTONOMÍA en relación con procesos cognitivos secundarios o terciarios (construídos socialmente). En ocasiones, “toman el mando” (Ej. TRAUMA)
- UN OBJETIVO PRINCIPAL DE LA TERAPIA debe de ser “RECONSOLIDACIÓN” de memorias afectivas-cognitivas
- PBSP, una forma de ABT





Trauma

Generalidades I

- Parte ineludible de la experiencia humana
- La vulnerabilidad al trauma depende de otros factores (momento evolutivo, madurez, capacidad de afrontamiento, factores sociales, etc.)
- Trauma psicológico factor etiológico INESPECÍFICO de múltiples trastornos psiquiátricos, no sólo SEPT
- En ocasiones, cuadros inespecíficos que incluyen: somatizaciones, disociación, desconfianza, agresividad, odio hacia sí, problemas IP, vergüenza, etc.
- DESNOS, trastornos por estrés extremo NOS (Herman, 1992) : desregulación afectos e impulsos, problemas de atención y conciencia, alteraciones perceptivas y de las relaciones IP, alteración de los sistemas de dar sentido, somatizaciones.



Trauma

Generalidades II

- F. Shapiro: “small t”: negligencia, humillaciones, etc. Aparte por los “big” (desastres, guerra, terrorismo, incesto, abuso físico, accidentes de coche)
- TRAUMA: Fenómeno de enorme complejidad
- Intervenciones dirigidas a los aspectos heridos, creación de una atmósfera segura que permita volver a interaccionar con el mundo con cierta calma y sentimiento de control
- Aspectos que pueden quedar desatendidos: **desconfianza en el propio mundo interior**



Abuso y trauma

Fenomenología de la ESPERANZA

- La ESPERANZA es un estado natural de la existencia humana--genéticamente determinado: buen final.
- Mecanismos necesarios para experimentarla, reconocer:
 - Noción del paso del tiempo; del PRESENTE
 - Mas tarde, capacidad para recordar conscientemente la experiencia presente como una memoria de eventos que han ido pasando; EL PASADO
 - Conjurar memorias del pasado y combinarlas imaginativa y creativamente en el teatro de la mente: EL FUTURO

(Memorias=representaciones de interacciones; Endelman, 2001)

(Teatro de la mente="ojo mental"(lo visto)+"mente corporal" (lo sentido))
- ESPERANZA: La habilidad para esta práctica interna consistente en experimentar acontecimientos interactivos futuros de carácter exitoso
- "Creando memorias del futuro" (Damasio, 2000)— BASE DE DATOS, se nutre de experiencias de satisfacciones pasadas guardadas en nuestra memoria. Nos sostiene en tiempos de adversidad.



ESPERANZA/DESESPERACIÓN

AL PESSO

“La esperanza no es una ilusión, es un motor que trabaja a todo gas

La esperanza no es indiferente, nos mueve

*La esperanza no es un sueño, nos despierta a un mundo de
posibilidades*

La esperanza nos hace amigos, la desesperación nos deja solos

En el arco y línea del tiempo,

*la esperanza es la cabeza de lanza de nuestra visión de una
existencia futura,*

*La desesperación es la punta de lanza de nuestras pesadillas de
sinsentido y muerte”*



Abuso y trauma

FENOMENOLOGÍA DE LA DESESPERACIÓN

- Carencia de esa “base de datos”, tesoro de expectativas optimistas y/o si existen se dañan o destruyen
- Por el contrario: un pull de memorias eventos interactivos condicionantes en los que se niega la validez de su SER
- Trauma, destruye la capacidad para discriminar fronteras, se reduce la capacidad para distinguir pasado, presente, futuro: DISMINUCIÓN de la funcionalidad del cortex pre-frontal.
- Experiencias de haber sido tratados como OBJETOS, no como SUJETOS
- Cuando uno no puede más que anticipar un futuro sin la satisfacción de las necesidades, surge la desesperación.

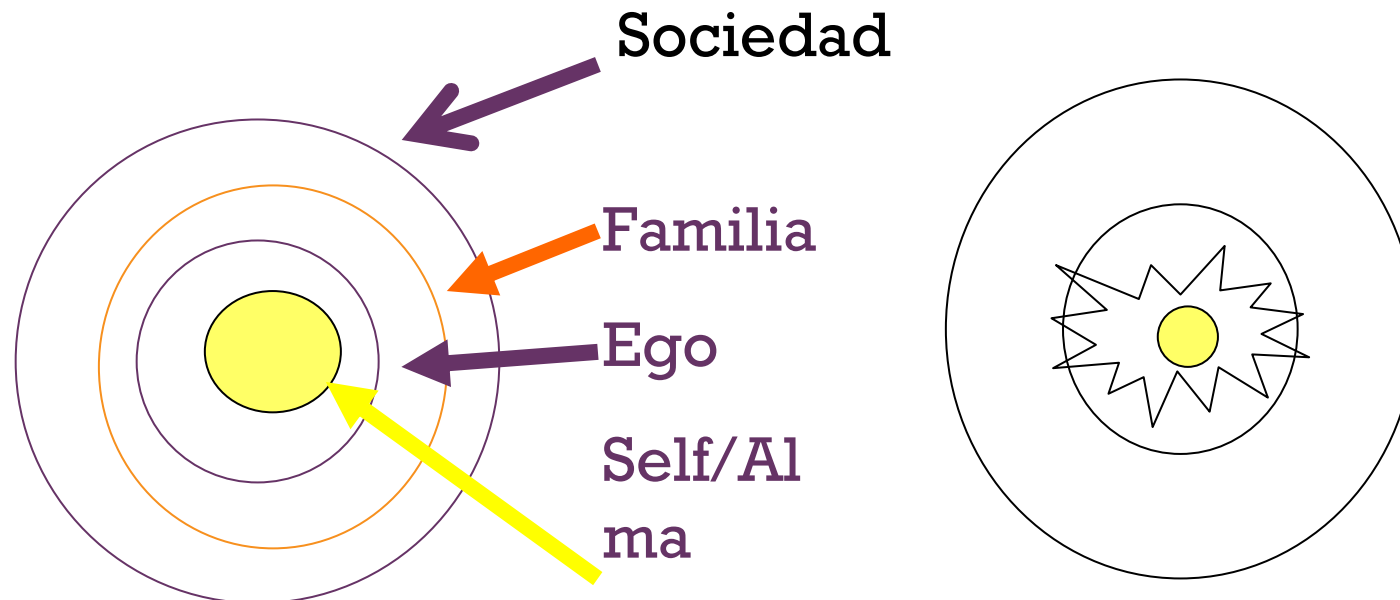
El impacto psicológico del trauma

Un esbozo

El trauma rompe en pedazos las fronteras del self y las sucesivas capas que han ido constituyendo el YO en su proceso interactivo continuo

El yo piel, Anzieu (1974)

Disminuciones
intermitentes de
FUNCIONES
YOICAS!!!!!!!!!!!!!!





RESULTADOS DEL TRAUMA

NO VALGO NADA

HE PERDIDO CREDIBILIDAD, MI REPUTACIÓN

CAREZCO DE IMAGEN DE MI MISMO

NO TENGO CONTROL DE MI

NO TENGO CONTROL DEL MUNDO EXTERIOR

CAREZCO DE UN SENTIDO DEL FUTURO Y DE MI SIGNIFICADO EN EL MUNDO

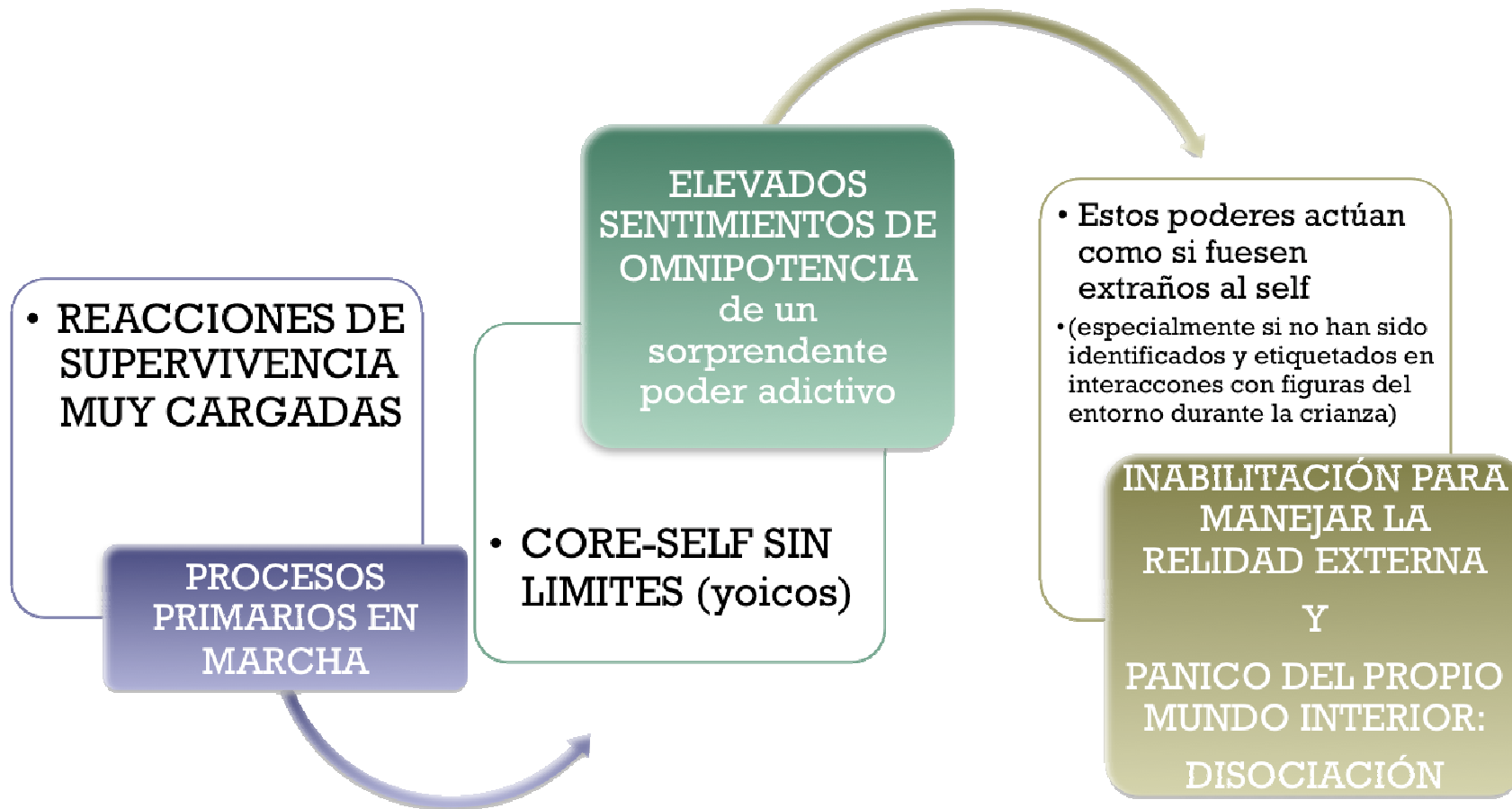
QUIZÁS TENGA CIERTO SENTIDO DE “YO”, PERO ES UN “YO” IMPOTENTE Y CARENTE DE SENTIDO

El mayor efecto del repercute en esa parte del SELF que es consciente, tiene identidad, un sentido de

autonomía, de sentido y significado, de futuro y del sentimiento de la esperanza: EL CORTEX PREFRONTAL



+ EFECTOS DEL TRAUMA pero también:





Las procesos primarios en acción

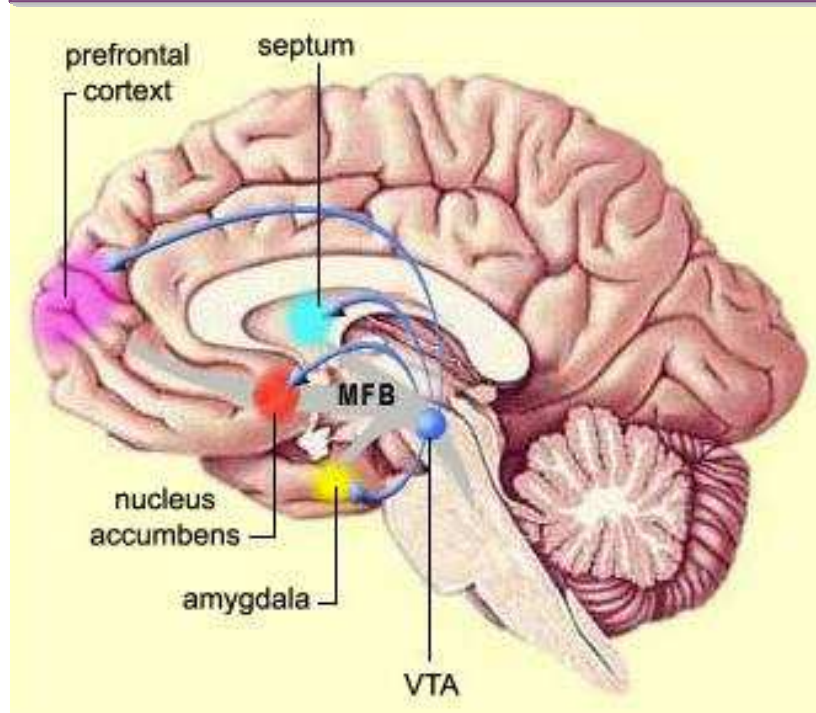
Trauma desestructura el balance cognitivo-afectivo:
REGULACIÓN DE ABAJO-ARRIBA (BOTTON-UP)

- MIEDO
- RABIA
- PANICO
- DESEO (sexual) RECEPTIVIDAD

ILIMITADOS

- BUSQUEDA
- CUIDADO
- JUEGO

DESACTIVADOS



- ESPECIE DE REACCION AUTO-INMUNE

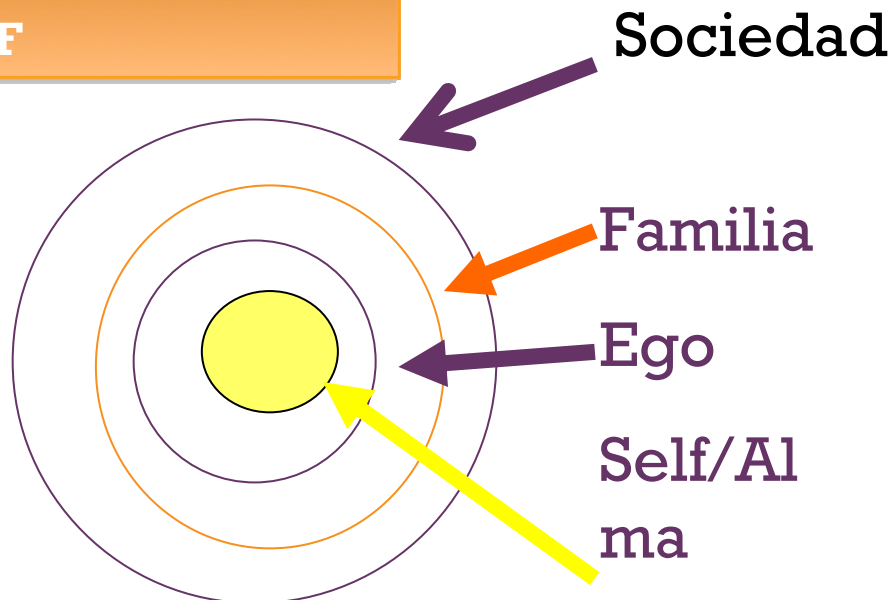
- **LOS CIRCUITOS están configurados de forma que RECIBEN NUESTRAS PERCEPCIONES Y REACCIONAN ANTES incluso de saber QUÉ ESTAMOS PERCIBIENDO**

El yo y el cuerpo

PBSP conceptos del desarrollo

“Core self” o “alma” una entidad biológica, **MEMORIA GENÉTICA** con información de todos los procesos que empujan la vida y supervivencia; preorganizado; contiene representaciones primitivas del ser

“ALMA
BIOLÓGICA”+YO=
SELF



YO “piel psicológica”
formada en INTERACCIÓN
con el medio, estructuras
cognitivo-afectivas
vinculadas a sensaciones y
percepciones **MEMORIA
BIOGRÁFICA** E
“HISTORIAS”

Proximo a conceptos de
Pascual-Leone o Ronald
Irwing



¿Qué es PBSP?



- Desarrollada por Albert Pesso y Diane Boyden, es considerada una de las primeras terapias psicológicas orientadas al trabajo con el cuerpo
- LA META: “ayudar a las personas a llegar a ser aquello que son auténticamente” (SELF auténtico)
- PBSP se especializa en la creación de ESTRUCTURAS vivenciales que remedian carencias básicas acaecidas en el desarrollo, a través de la satisfacción de necesidades básicas del ser humano en un contexto terapéutico de apoyo y acompañamiento

EL ACTO DE EXPERIMENTAR ES UN ACTO DE RECORDAR (Damasio, 2000)

¿Quiénes somos en realidad?—IN-FORMACION
resultado de nuestras vivencias, nuestra historia;
“nuestras memorias”:

- MEMORIA GENÉTICA--”Evolutiva”
 - Supervivencia del self y de la especie, dos pulsiones fundamentales
- MEMORIA BIOGRÁFICA o personal
- LAS HISTORIAS que escuchamos
 - La construcción de la identidad y la personalidad a través del lenguaje

+ PBSP—Cosmología

- Estamos destinados a ser felices en un mundo imperfecto que está en proceso de “llegar a ser” (continuamente desplegándose y convirtiéndose en...
- La felicidad, es una posibilidad. No podemos ser felices todo el tiempo.
- El mundo es imperfecto
- Nosotros formamos parte de ese todo en continuo proceso de llegar a ser





ELEMENTOS O CONCEPTOS FUNDAMENTALES

ESFERA DE POSIBILIDADES

ACOMODACIÓN O FORMA/CONTRAFORMA
(SHAPE/COUNTERSHAPE)

ESTRUCTURA

CREAR “NUEVAS MEMORIAS”



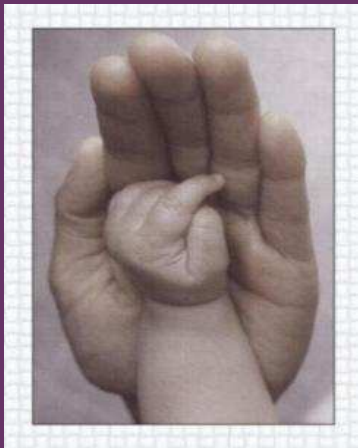
LA ESFERA DE POSIBILIDADES



- ESPACIO PSICOLÓGICO DE BIENVENIDA QUE SE EXPANDE (metafóricamente) HACIA EL CLIENTE, como parte de la relación terapéutica
- FLEXIBILIDAD, lleno de “SIES” y “no forma”,—vinculado al concepto de ACOMODACIÓN (SHAPE/COUNTERSHAPE)
- MENSAJE: “Si, es posible que todo lo que hay dentro de ti se haga realidad, la vida es posible, es buena. Nada ha de morir dentro de ti para que vivas”
- Prepara el trabajo



ACOMODACIÓN



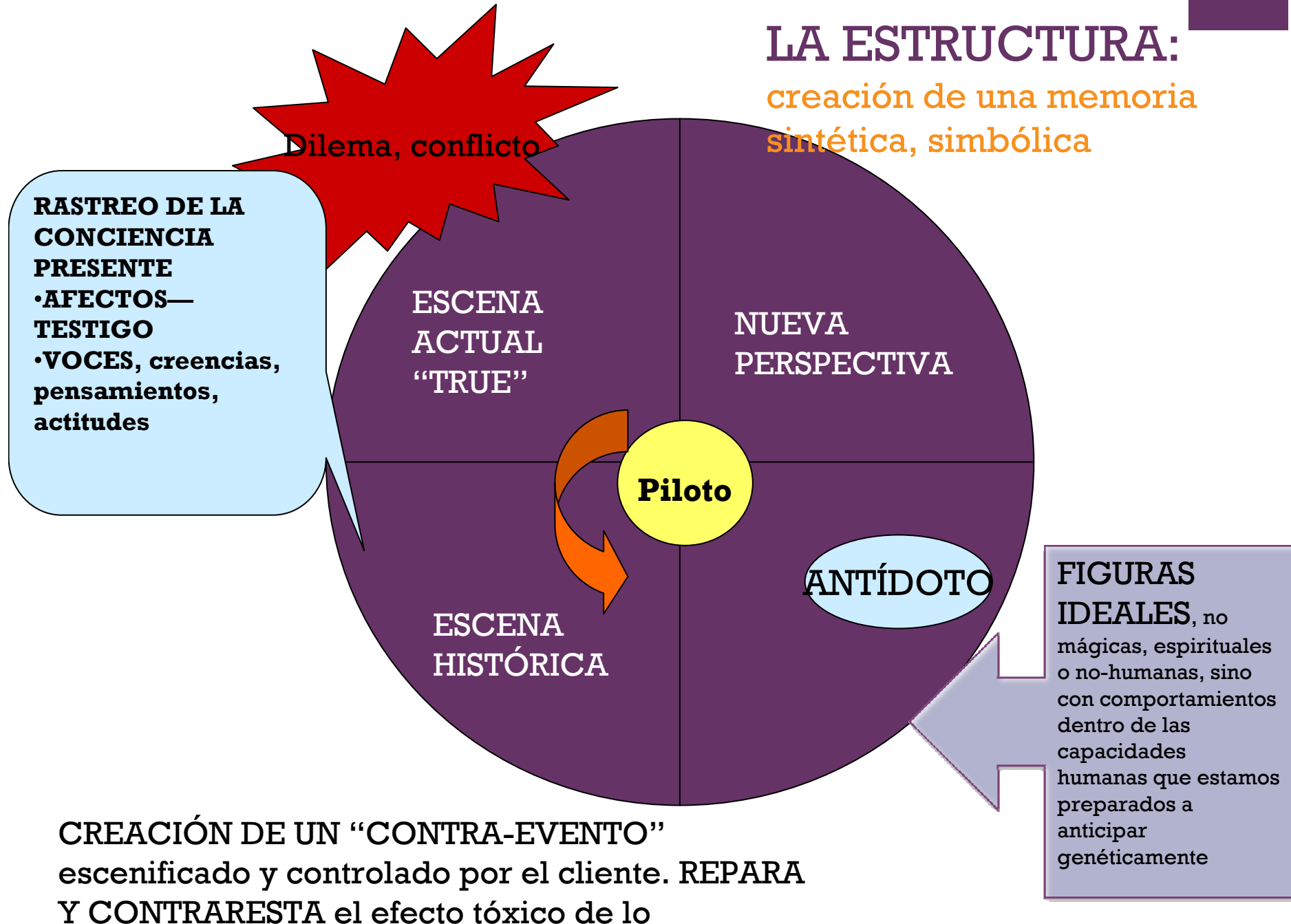
- Técnica que provee las **RESPUESTAS INTERACTIVAS** que corresponden con la expresión física de cada emoción que expresa el cliente.
- Incluye expresiones motóricas/corporales
- **FIGURAS**—role players—figuras que en el pasado hipotético ofrecerían la satisfacción requerida de acuerdo a las demandas arcaicas y anticipadas (ej. Seguridad, protección)
- El cliente **ARBITRA, DECIDE Y EVALÚA** lo apta y adecuada de la acomodación (se promueve desarrollo del **PILOTO**)

ESTRUCTURA

- 50 minutos, segmento de terapia dedicado a la creación de NUEVAS MEMORIAS.
- Se pone en “escena” una pieza de historia “nueva” en la Esfera de posibilidades.
- Se crean memorias suplementarias. No memorias del futuro, sino MEMORIAS DE UN PASADO HIPOTÉTICO, que preparan al cliente para el futuro
- En clientes con antecedentes de trauma: se aumenta LA BASE DE DATOS DE “interacciones simbólicas deseadas” (positivas y benéficas)
- Componente psicomotor
- Secuencia:
 1. RASTREO DE LA CONCIENCIA DEL PRESENTE (necesidades, reconocimiento de los sentimientos y de las creencias irracionales (voces)
 1. Microtracking, las emociones
 2. Voces
 2. CREACIÓN DEL ANTIDOTO (o “reversal”—shape/countershape—MEMORIA SUPLEMENTARIA

LA ESTRUCTURA:

creación de una memoria
sintética, simbólica



PBSP—ideas sobre la maduración a estados óptimos

- SATISFACCION Las necesidades básicas del desarrollo
- En el momento adecuado, por las personas figuras adecuadas
- Satisfacción en los tres niveles:
 - Literalmente
 - Simbólicamente
 - Autónomamente
- BÁSICAS: LUGAR, NURTURANCE, SOSTEN, PROTECCION, LIMITES

LAS DEMANDAS DE NUESTRO “SER”

1. SATISFACCIÓN DE NECESIDADES BÁSICAS
2. Asistencia en la INTEGRACIÓN DE POLARIDADES DEL SER (apropiación y armonización de las dialécticas a nivel genético, neurológico, sensorio-motor, omportamental—”putting out/taking in” y simbólico)
3. Apoyo en el DESARROLLO Y EXPANSIÓN DE LA CONSCIENCIA—
4. Promover y mejorar el desarrollo de nuestro “PILOTO” (funciones ejecutivas: coordinación de lo que sentimos, pensamos, decidir y actuar según ello)
5. Validar y cultivar la REALIZACIÓN DE NUESTRA POTENCIALIDAD Y LO “UNICO” que hay en nosotros—llegar a ser seres maduros, lo que somos

1) Satisfacción simbólica, en el aquí y ahora

Imaginación

2) Traslación al pasado



LAS NECESIDADES NO SATISFECHAS, NO DESAPARECEN

- DOLOR (en lugar de PLACER)
- FRUSTRACION (en lugar de SATISFACCIÓN)
- DESESPERACIÓN/DESESPERANZA (en lugar de SENTIDO)
- ALIENACIÓN (en lugar de CONEXIÓN)





LAS NECESIDADES BÁSICAS

1. LUGAR
 2. NUTRICIÓN
 3. SOSTÉN Y APOYO
 4. PROTECCIÓN
 5. LIMITES
- SATISFACCIÓN EN TODOS LOS NIVELES:
 - Físico
 - Simbólico o metafóricamente
 - Autónomamente por nosotros mismos



+ LUGAR

LUGAR—expansión conceptual



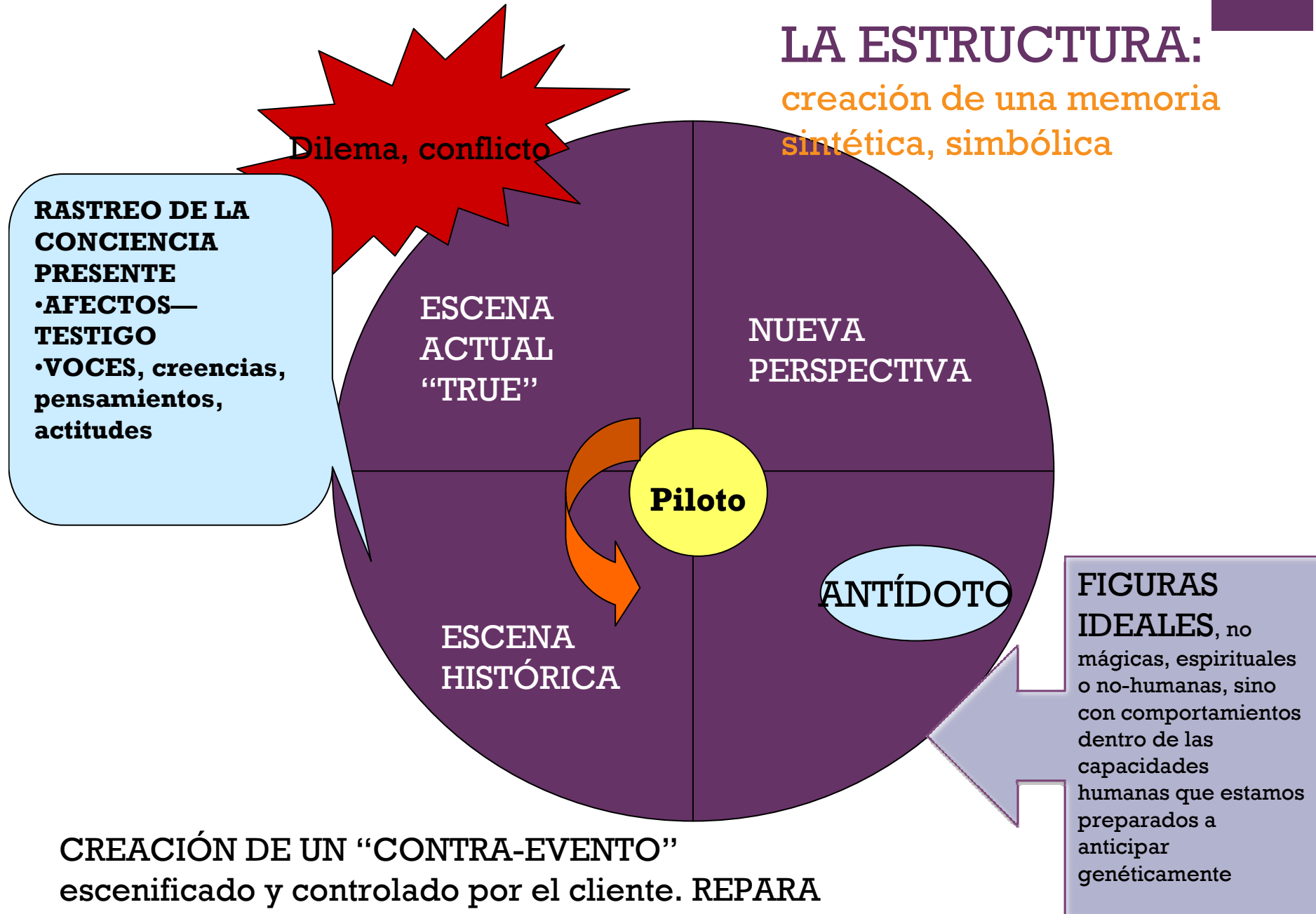
1. UTERO-PLACENTA—receptáculo primero
2. METAFÓRICAMENTE---lugar en el corazón del otro, en la mirada del otro (teorías del apego y posteriores elaboraciones: mentalización), en la conciencia del otro
3. Desarrollo de una imagen de sí (visual, corporal) en su propia mente y se internaliza: desarrollo de una identidad en su mente

ACOMODACIÓN:

- Adecuada: niño que crece con la sensación de estar bien dentro de sí, de tener una sensación de enraizamiento independientemente de dónde está, de pertenencia “soy deseado” “estoy donde tengo que estar”
- Inadecuada o disfunción: “VAGABUNDO” “creencias de ser un bicho raro, de no encajar en ningún sitio” , personas con la sensación de que no pertenecen a la época o el lugar, que cambian frecuentemente de lugares de trabajo o relaciones, que escapan (espiritualidad y religiosidad patológicas, tendencias suicidas)

LA ESTRUCTURA:

creación de una memoria
sintética, simbólica



CREACIÓN DE UN "CONTRA-EVENTO"
escenificado y controlado por el cliente. REPARA
Y CONTRARESTA el efecto tóxico de lo

RASTREANDO LA CONCIENCIA DEL PRESENTE-- Microtracking

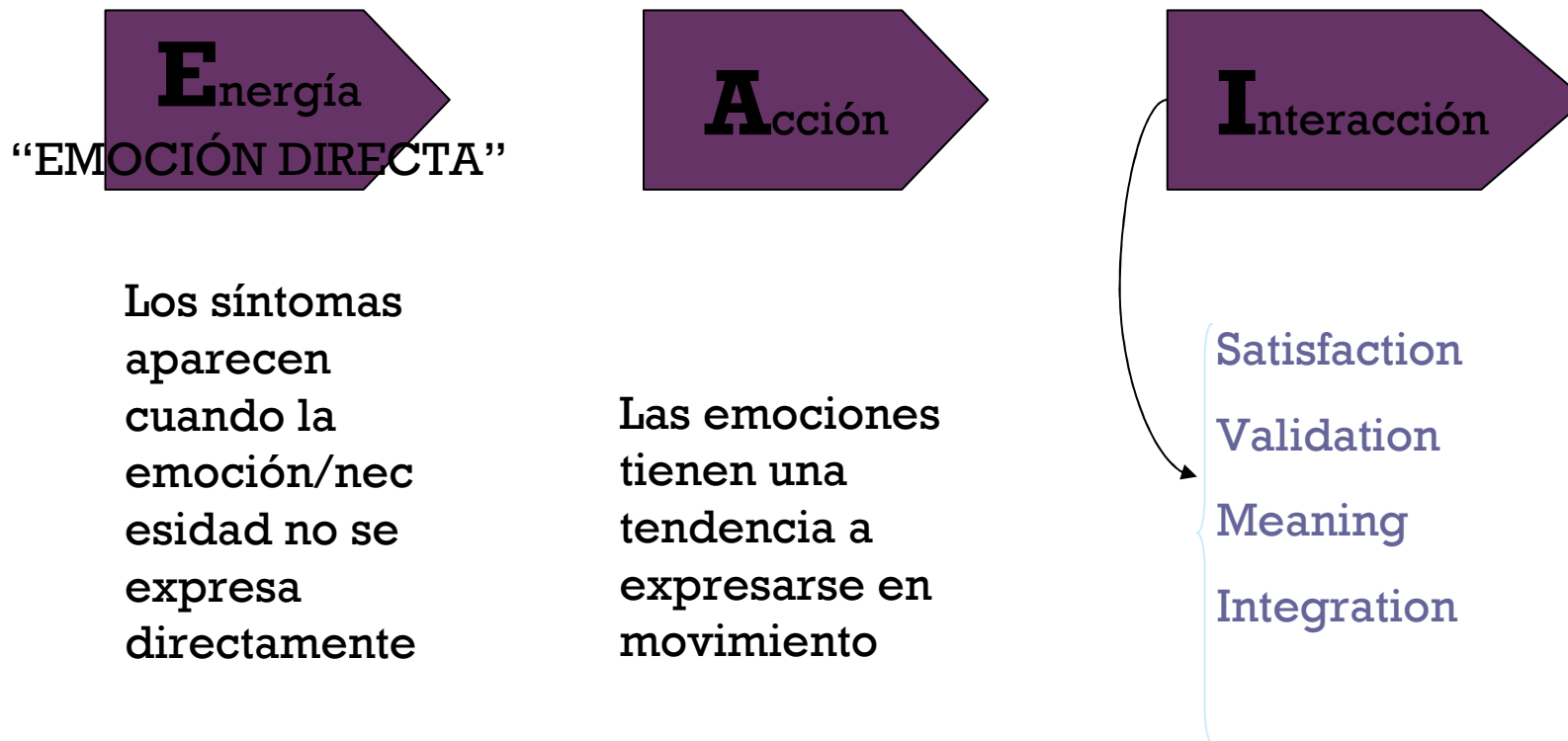
- TESTIGO
 - Figura imaginaria—elude transferencia
 - Compasión, neutralidad
 - Identifica y nombra emociones: EL VIAJE DEL SISTEMA LIMBICO A LA CORTERZA CEREBRAL
 - Parafrasear: PONER EN CONTEXTO
- VOCES
 - Externalización de pensamientos, creencias, juicios de valor
 - Patrones
 - Nos conducen a la memoria de los eventos significativos: constatación de que “memory is running the show”



ACOMODACIÓN

Forma/contra-forma

Las interacciones son necesarias
para la





VIAJAMOS A LA ESCENA, LOS EVENTOS SIGNIFICATIVOS del pasado--

El cliente recuerda con la asistencia del terapeuta...

PLACE HOLDERS

...al tiempo que se disecciona el recuerdo y conforme vamos...

....se va contrarrestando (REVERTIENDO) sobre la marcha, con la ayuda de:

FIGURAS FRAGMENTOS

BOOKMARKS o OUTLINES (bocetos de figuras ideales o “marcapáginas”)

FIGURAS IDEALES



LA NUEVA PERSPECTIVA—una memoria sintética

- Completamente “a la medida”
- Kinestésica, visual y auditiva

- QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE
- QUÉ TE LLEVAS
- QUÉ PUEDES APLICAR O COMO TE INFLUYE EN TU VIDA



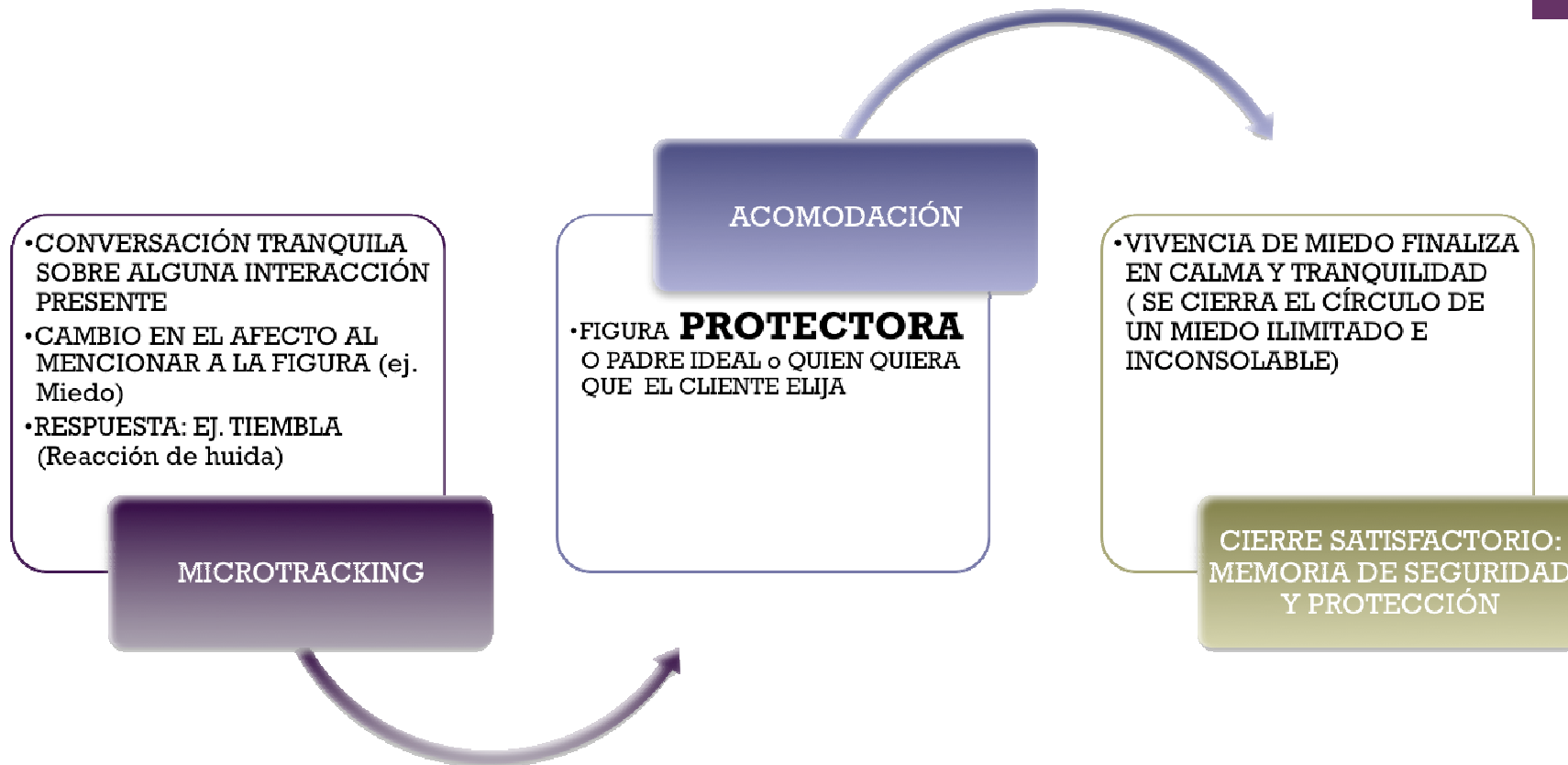
TRAUMA

1. FRUSTRACIÓN EN LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES BÁSICAS

2. TRAUMA: DEMASIADO QUE SOBREVINO

3. NO HUBO SUFICIENTO O SI HUBO SE PERDIO PREMATURAMENTE: AGUJEROS EN LOS ROLES

+ ESTRUCTURA para situación de trauma o abuso-1



PERO ALCANZAR EL SENTIMIENTO DE SEGURIDAD NO ES EL FINAL DE LA HISTORIA....

ESTRUCTURA para situación de trauma o abuso-2

LIMITES A LA RECEPTIVIDAD ILIMITADA



¿Expresa necesidad de protección?
¿Autocontención?

ESTRUCTURA para situación de trauma o abuso-2

LIMITES A LA RECEPTIVIDAD ILIMITADA



+ LIMITES PARA AGRESIÓN ILIMITADA

RABIA Y FURIA

- PT aprieta los puños
- Se ofrece FIGURA DE CONTENCIÓN que ayude a “manejar la ira” (mano sobre el puño, con mucha atención a la cantidad de presión de forma que no sea excesiva)
- En el transcurso pueden surgir EVENTOS DEL PASADO relevantes al tema
- FIGURAS IDEALES, que asistieran al pt a asumir la capacidad de agredir y a manejarla “te vamos a ayudar a manejar esa rabia que sientes”
- Un caso extremo: “Es ok que desees matar, pero no te permitiremos que mates”



LIMITES PARA EL PODER ADICTIVO DEL TRAUMA—algunos casos

- PT muy deprivados para los que la apertura (ej. Sexual) es unica forma de obtener “nutrición emocional”
- Preciso hacer estructuras de SATISFACCIÓN
NECESIDAD BASICA
NUTRICIÓN

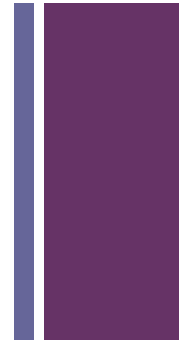
PT- experiencias cercanas a la muerte, sensación de “ser especiales” o otros sentimientos religiosos de sobrenaturales (eroticismo/muerte)

Trabajo dirigido a la realización de potenciales y encontrar significado
PROYECCIONES DEL ALMA



RESUMEN

- ESTRUCTURAS PERMITEN REVISITAR EL PASADO Y RECUNSTRUIRLO UTILIZANDO FIGURAS QUE EN LA SESIÓN RECREAN INTERACCIONES BENÉFICAS ACORDES A LAS EXPECTATIVAS GENÉTICAMENTE DETERMINADAS
- NUEVAS MEMORIAS SON SIMBÓLICAS, PERO MUY REALES, Y PARA NADA ARTIFICIALES
- SE GENERAN SENTIMIENTOS MUY INTENSOS DE ALIVIO, PLACER SATISFACCIÓN, SENTIDO Y CONEXIÓN
- CON LA AYUDA DEL “OJO MENTAL” Y EL “OJO CORPORAL” SE COLOCAN EN EL ADECUADO ESPACIO DEL CEREBRO Y QUEDAN ACCESIBLES Y DISPONIBLES PARA EL FUTURO: ESPERANZA (de está pasando ahora a pasó cuando yo era un niño)



GRACIAS

CONTACTO:

WEB PBSP: www.pbsp.com

WEB PBSP UK: www.pbsp-uk.org

PBSP en ESPAÑA: ANA MARIA RUIZ SANCHO
(Madrid)

+34 620 97 46 57

anamarusa@gmail.com

ENRIQUE ARELLANO FARIAS (Barcelona) para
información contactar AMRS