TERAPIA CENTRADA EN LA COMPASION. Nº 198

GILBERT, PAUL

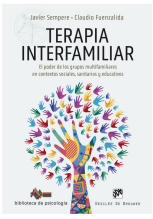
SINOPSIS

Las Terapias Cognitivo-Conductuales han ido trasladando su centro de interés desde el comportamiento observable a los contenidos mentales -ideas y creencias- como fuente de emociones y comportamientos, hasta penetrar en las raíces más profundas de la motivación personal que se nutre de los valores. Y es en este punto de florecimiento de las terapias de tercera generación que Paul Gilbert formula la Terapia Centrada en la Compasión (CFT).Si tuviéramos que sintetizar brevemente la aportación de la CFT, no dudaríamos en señalar su énfasis en la dimensión social del ser humano -que, curiosamente, viene a ser la matriz de la propia dimensión individual de cada uno de nosotros- así como su enfoque evolutivo.En efecto, Paul Gilbert realiza una síntesis de las teorías del apego de J. Bowlby y la teoría de la mente que junto con la visión evolutiva del cerebro humano -especialmente dotado para la búsqueda del contacto y las relaciones con los demás miembros de su especie- y algunas referencias de corte budista, sirve de base a su propia visión de los tres sistemas de regulación de los afectos -el sistema de amenaza, el de activación y el de confortamiento- para, a partir de dicha síntesis, establecer la compasión como el regulador principal de los tres sistemas.La CFT, por tanto, viene a enriquecer el conjunto de las terapias de tercera generación con su énfasis en la actitud -compasiva- del terapeuta. A nivel operativo, la CFT emplea una diversidad de técnicas tanto conductuales como cognitivas o narrativas, junto con las de visualización, terapia gestalt, mindfulness y otras varias que se revalorizan, precisamente, con la dimensión compasiva del enfoque de Gilbert. A lo largo de 30 puntos clave, el libro esboza los principios fundamentales teóricos y prácticos de la CFT y destaca el papel de la compasión en dicho enfoque.Paul Gilbert es profesor de Psicología Clínica de la Universidad de Derby y Jefe de la Unidad de Investigación de Salud Mental del Servicio Nacional de Salud en Derbyshire. Es miembro de la Sociedad Británica de Psico...

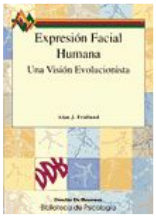
Editorial	DESCLEE DE BROUWER S.A., EDITORIAL
Materia	PSICOLOGIA
Colección	BIBLIOT. DE PSICOLOGIA
EAN	9788433027610
Status	Disponible
Páginas	272
Tamaño	150x210x14 mm.
Peso	352
Precio (Imp. inc.)	21,00€
Fecha de lanzamiento	25/01/2015

Títulos relacionados

TERAPIA DEL COMPORTAMIENTO
ARDILA, R.



TERAPIA INTERFAMILIAR. Nº 261
JAVIER SEMPERE/CLAUDIO FUENZALIDA



EXPRESION FACIAL HUMANA. Nº99
FRIDLUND, ALAN

MOTIVACION Y EMOCION. Nº 3
COFER, C.M.