





PSICOTERAPIA CORPORAL  
INTEGRADORA HUMANISTA



# PSICOTERAPIA CORPORAL INTEGRADORA HUMANISTA

Teoría y práctica somato-sensorial

Maria Beltrán Ortega



TÍTULO: *Psicoterapia Corporal Integradora Humanista  
Teoría y práctica somato-sensorial*

AUTOR: *Maria Beltrán Ortega*®, 2021

COMPOSICIÓN: *HakaBooks - Optima, cuerpo 11*

DISEÑO PORTADA: *Hakabooks*®

ILUSTRACIONES CUBIERTA E INTERIOR: *Alejandro Ruiz*®

1ª EDICIÓN: *noviembre 2022*

ISBN: *978-84-18575-32-7*

DEPÓSITO LEGAL: *B 23140-2022*

IMPRESO POR: *Podiprint*

HAKABOOKS

*08204 Sabadell - Barcelona*

 *+34 680 457 788*

 *www.hakabooks.com*

 *editor@hakabooks.com*

 *Hakabooks*

*Quedan prohibidos, dentro de los límites establecidos por la ley y bajo los apercibimientos legalmente previstos, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, ya sea electrónico o mecánico, el tratamiento informático, el alquiler o cualquier forma de cesión de la obra sin autorización escrita de los titulares del copyright.*

*Todos los derechos reservados.*

*Hay personas que albergan, como improntas de luz, en mi mente y mi corazón. Grandes maestros que inspiran, no por lo que han hecho, que es de gran valía y merece toda mi admiración, sino por lo que son.*

*Queridos Ana y Ramón, este libro es por y para vosotros. Os lo dedico con el amor y la gratitud que nunca lograré expresar con palabras.*





# ÍNDICE

Prólogo	13
Bases de la Psicoterapia Corporal Integradora Humanista	17
Concreciones en relación con la Psicoterapia Corporal Integradora Humanista	21
Conceptos de PIH en la relación terapéutica con la primera infancia, la preadolescencia y la familia	23
1. Trabajo con un ser único e irrepetible	23
2. Diagnóstico sí, etiqueta no	26
3. La relación está por encima de cualquier técnica	29
4. Creatividad versus rigidez	32
5. Autenticidad	34
6. Consideración positiva incondicional	36
7. Confiar en las capacidades de la persona	36
8. Exploración conjunta	39
9. Tendencia igualitaria	40
Improntas somáticas en el proceso de desarrollo	43
Improntas asimilativas y generativas	47
1. Improntas asimilativas	49
1.0. Improntas asimilativas antes de la gestación	49
1.1. Improntas asimilativas durante el proceso de gestación	50
1.1.1. Impronta asimilativa de frontera primaria	51
1.1.2. Impronta asimilativa de sostén primario	53
1.2. Improntas asimilativas en el tránsito del nacimiento	56
1.2.1. Primera matriz perinatal	59

1.2.2. Segunda matriz perinatal	64
1.2.3. Tercera matriz perinatal	69
1.2.4. Cuarta matriz perinatal	73
1.3. Improntas asimilativas durante la exterogestación	76
1.3.1. Impronta asimilativa de frontera primaria	77
1.3.2. Impronta asimilativa de sostén secundario en <i>handing</i> o manipulación	79
1.3.3. Impronta asimilativa de sostén secundario en la contención emocional. Recuerdo en nuestra piel del contacto y el amor del otro	84
1.4 Bloqueos, dispersiones y distorsiones de la energía del fluir vital en las improntas asimilativas	86
a) En las Improntas uterinas	86
b) En las Improntas del tránsito del nacimiento	88
c) En las Improntas asimilativas durante la exterogestación	90
Bloqueos en el ciclo energético	90
Distorsiones en cuanto a los conceptos de impulso tierno y agresivo	95
2. Improntas generativas	97
2.1. Improntas generativas durante la exterogestación	98
2.1.1. Impronta generativa de frontera secundaria	99
a) Impronta generativa de frontera secundaria en la dentición	100
b) Impronta generativa de frontera secundaria en <i>Grounding</i> (o enraizamiento)	104
Bloqueos, dispersiones y distorsiones de la energía del fluir vital en las improntas generativas de frontera secundaria	107
2.1.2. Impronta generativa en el sostén de diferenciación	109
a) Apego seguro	111
b) Distorsiones del apego seguro	112
b.1) Apego inseguro de tipo ansioso-ambivalente	112

b.2) Apego inseguro de tipo evitativo	112
b.3) Apego desorganizado	113
2.2. Improntas generativas de desarrollo	116
2.2.1. Impronta generativa de desarrollo en la conquista del carácter	118
Tendencia de carácter esquizoide	118
Tendencia de carácter oral	125
Tendencias psicopática y masoquista.	
En busca del logro de la autonomía	131
En la estructura psicopática	134
En la estructura masoquista	140
Estructura rígida	146
2.2.2 El toque en las diferentes estructuras de carácter	156
2.2.2.1 El toque en relación con el Eje gravedad	158
2.2.2.2 El toque en relación con el Eje corazón	159
2.2.2.3 El toque en relación con el Eje tensión	160
2.2.3. Impronta generativa de desarrollo en la gestión de la vitalidad, la intimidad y el conocimiento	162
2.3. Otros tipos de improntas generativas	167
Cicatrices	168
Síntomas somáticos	169
3. Centros energéticos e improntas somáticas	173
4. Trabajo psicoterapéutico con las improntas somáticas	183
Exploración de las improntas personales	183
Trabajo psicocorporal con las matrices perinatales	186
Recuperar el movimiento interrumpido	191
Subpersonalidades en movimiento	194
Trabajo psicoterapéutico con las improntas de tránsito del nacimiento	196
Movimientos de reparación para el renacimiento en bebés lactantes	200

Injerto de padre a través del contacto somático	201
Trabajo con las fronteras personales por pasos	203
El toque atendiendo a los diferentes ejes: tensión, gravedad y corazón	205
El cuerpo y los sentidos como receptores de nuestra historia	209
Viaje a través de nuestros centros energéticos, resonadores de nuestra memoria emocional	212
Trabajo con problemas a partir de los centros energéticos	216
Técnica de la pulsación esencial	218
Técnica de la obra de teatro en PCIH	220
Bibliografía	223

## PRÓLOGO

*por Ana Gimeno-Bayón Cobos*

**Este libro va de baile.** De la danza de la vida dentro del cuerpo y de qué movimientos realiza para vivir en la forma más plena y bella posible dentro del escenario en que la han colocado. A veces ese cuerpo está situado en un escenario amplio y luminoso, sobre un suelo seguro, en el que el bailarín o la bailarina pueden enlazar todo tipo pasos y piruetas. Otras veces es más restringido, o con un suelo movedizo, y los movimientos tienen que ser más limitados (y no por eso menos sabios). Este libro va de explicar con profundidad esos diferentes escenarios, las posibilidades que cada uno de ellos ofrece y las soluciones artísticas que cada persona inventa para ejecutar su danza con la mayor perfección posible. Y también de la oportunidad de cambiar de escenario, si ya no tiene sentido permanecer en uno antiguo que impide moverse con libertad.

Pero antes de salir a escena la bailarina o el bailarín han estado ensayando durante mucho tiempo y lo que verán los espectadores, cuando aparezca bajo los focos, es en gran parte fruto del ensayo entre bambalinas, cuando la vida aún está anidada como en un capullo en el útero materno. Ese proceso del ser humano previo a salir a la luz, y la repercusión en la ejecución de la danza posterior, viene descrito con detalle, precisión y profundidad en el libro, y es uno de los importantes méritos que posee, porque son bien escasas las publicaciones sobre el tema.

**Este libro va de generosidad respecto al ser humano.** Y es así porque lo presenta en toda su amplitud (en consonancia con los principios de la Psicología Humanista), como intersección de una serie de dimensiones que se interpenetran mutuamente para dar lugar a esa persona específica en la que lo biológico, lo psicológico, lo social y lo espiritual constituyen un todo indivisible

y único. Está claro que, al ser un libro centrado en los aspectos corporales, es desde este subsistema desde el que se hace referencia a los demás, pero sin reduccionismos biologicistas, ni en su concepción de la persona ni en el abordaje terapéutico. En el tratamiento de la dimensión corporal, como se verá, resuenan y están presentes los otros subsistemas.

**Este libro va de experiencia.** Sin duda se trata de un estudio teórico de la terapia somato-sensorial desde el modelo de la Psicoterapia Integradora Humanista, pero todo él está atravesado de alusiones y ejemplos que acreditan la larga práctica de la autora en estos temas, lo que hace creíbles y pedagógicas sus explicaciones. No solo eso, sino que el final del libro contiene una colección de sugerentes intervenciones terapéuticas descritas en forma muy detallada, para que los psicoterapeutas que lean el libro tengan ya unos cuantos instrumentos que practicar y con los que inspirar su actividad en la sesión de psicoterapia.

**Este libro va de integración.** No solo por el hecho de ser una aplicación de la Psicoterapia Integradora Humanista en el campo de lo corporal, sino porque, por suerte, aún en él las aportaciones de la Psicología occidental (como las del desarrollo intrauterino de Keleman y especialmente de Boadella, así como las de Reich y Lowen sobre las estructuras de carácter corporales), con las interesantes aportaciones orientales (que también Boadella recoge) a partir del sistema energético de los chakras.

Por otra parte, al hallarse integrado en el modelo de la Psicoterapia Integradora Humanista, las propuestas de trabajo no son algo descontextualizado, sino que se sitúan dentro del esquema unificador, complejo y preciso, propio de este modelo, que le da una estructura y permite transitar por los diferentes momentos del ciclo del fluir vital, detectando bloqueos, dispersiones y distorsiones que pueden entorpecer la danza de la vida cotidiana, o privarla de la magia de una vida llena de sentido.

**Este libro va de respeto.** Nada menos que 53 veces se repite esta palabra a lo largo de él. Respeto a la persona a través del respeto a su cuerpo, y respeto al cuerpo como expresión del respeto a la persona total. Es hermoso ir viendo cómo esa palabra va apareciendo como una especie de leitmotiv que recurrentemente va punteando la danza, fuera y dentro del escenario. Ese

respeto que necesariamente alude a una actitud terapéutica de reverencia ante la grandeza de lo que se trae entre manos el profesional, la valoración de cada momento del proceso para cuidarlo con mimo porque afecta a alguien importante, el paciente o cliente que está ante él y tiene la cualidad de lo sagrado.

Por eso, a modo de pórtico, antes de entrar en el contenido concreto referido al protagonista de la terapia, la autora dedica un espacio a delinear las actitudes del terapeuta propias de la Psicoterapia Integradora Humanista, con el fin de subrayar la relevancia de las mismas a la hora de crear un ambiente expresivo que transmita al sujeto la receptividad del terapeuta a toda su persona, tal cual es. El vínculo terapéutico y las actitudes rogerianas de aceptación incondicional, respeto y congruencia, sabemos (y así han sido reconocidas por la APA) son la principal herramienta que hace efectiva la terapia. Considero un acierto empezar el escrito resaltándolas, para que sirvan de marco a todos los aspectos más concretos que luego vendrán.

**Este libro va de amor.** Pudiera parecer algo fuera de lugar hablar de amor en un libro teórico-técnico sobre psicoterapia. Pero no me queda más remedio que apuntar que esa palabra aparece en el libro nada menos que 71 veces. Amor en el vínculo, que es más que la empatía, más que la comprensión inteligente del otro: es permitir nacer dentro la implicación personal en el deseo del bienestar, salud y crecimiento de quien acude a buscar ayuda terapéutica. Amor en la madre, que alimenta al hijo con la leche dulce de la ternura, antes, durante y después del destete, y permite que ese alimento deje un poso sólido de sostén y alegría en la propia constitución corporal. Amor en los que rodean la crianza y crecimiento de un ser humano, tan necesitado de cuidados, miradas, palabras y contactos sellados con su marca en los inicios de la vida, que le permitirán más tarde ser fuente de amor para otros.

Eso no lo dicen los experimentos científicos, no se explica en las Facultades de Psicología, no se pone en libros de psicoterapia que aspiren a ser tenidos por “serios” entre los profesionales, porque suena infantil y no forma parte de la Psicoterapia Basada en la Evidencia según las instituciones oficiales. Pero la Evidencia Basada en la Práctica nos habla del amor como un ingrediente que acelera, potencia y profundiza el cambio terapéutico. ¿La razón?: A eso

nuevo -tan delicado en el inicio- que va surgiendo durante el proceso de cambio, le gusta saber que le espera un ambiente cálido cuando se atreva a nacer.

### **Este libro va de sabiduría**

- \* Sabiduría pedagógica a la hora de exponer con claridad y precisión los diferentes procesos
- \* Sabiduría profesional, que rezuma desde la experiencia de tantos años acompañando a personas bien distintas en su búsqueda de la salud mental y el bienestar personal
- \* Sabiduría humana, que procede de la que destila la autora como persona, constatada por todos los que hemos podido seguir su trayectoria desde hace ya muchos años.

Concluyo resumiendo: este libro **es un libro sabio** y es para mí una gran alegría verlo nacer, y un honor haberlo prologado.

Viendo el atardecer de Cabrils, a 23 de noviembre de 2022



## **BASES DE LA PSICOTERAPIA CORPORAL INTEGRADORA HUMANISTA**

Para introducir el trabajo sobre el que versará este libro, se hace imprescindible entender los pilares sobre los que se fundamenta.

En primer lugar cabría mencionar la Psicología Humanista (esa tercera fuerza que intentó alejarse de las luchas entre el psicoanálisis y el modelo cognitivo-conductual), como útero en el que se gesta la Psicoterapia Integradora Humanista (PIH) y que por lo tanto bebe de sus postulados básicos. Entre ellos: se preocupa por temas básicamente humanos (creatividad, amor, crecimiento, valores), valora la consciencia y la capacidad de decidir del ser humano, entiende que cada persona es única e irrepetible y considera que la psicoterapia tiene que adaptarse a la persona y no al revés.

La PIH, fue creada en los años ochenta por Ana Gimeno-Bayón y Ramón Rosal, codirectores del Instituto Erich Fromm de PIH de Barcelona. Podemos decir que es el primer y único modelo creado en España dentro de la línea de las psicologías y las psicoterapias humanistas. Dicho modelo logra hacer una integración coherente de modelos compatibles en sus presupuestos teóricos y metateóricos, de tal manera que esta integración logra ser armoniosa y flexible, adaptable a las necesidades de cada persona y al tipo de abordaje específico que necesita. Se suma a lo anterior una teoría propia que es la que permite y da sentido a esa integración.

A rasgos generales, podríamos hablar de esa teoría atendiendo a su base relacionada con el concepto de ciclo del *fluir vital*:

Vemos preferible que el terapeuta observe la vida del paciente como proceso durante el trabajo terapéutico, ya que si la contempla ante todo en cuanto a sus contenidos, corre más peligro de introducir sus propios

contenidos al cliente. En cambio, observándola como proceso —se trate de microprocesos o macroprocesos—, lo que capta es la estructura, no el contenido, una estructura neutra, independiente del contenido que cada uno le quiera dar, como protagonista que es —y no el terapeuta— de su proceso vital (Gimeno-Bayón & Rosal 2001, p. 157).

Adquirirán una importancia crucial los conceptos de sistema abierto, en la línea de lo propuesto por Bertalanffy (1968), versus sistema rígido y determinista, también el concepto de libertad personal (e incluso de diferencias personales, entendiendo que cada persona necesita su propio abordaje específico), de creatividad y de crecimiento personal.

En PIH se concibe el ciclo de la experiencia en trece fases, ampliando el ciclo gestáltico que propuso Perls (1976) desde la psicoterapia de la Gestalt, y se le da un énfasis especial a aspectos que todavía no habían sido matizados, como las fases sensoriales, de identificación y de relajación. Se incluye, además, la fase valorativa y se desgranar las fases productivas.

Partimos de la base de que todo ciclo de la experiencia implica salirse del estado homeostático de una fase de relajación para pasar a un estado de tensión que acompañe el hecho de sentirse motivado hacia algo, prescindiendo aquí de que la tensión llegue a resultar o no creadora. [...] podemos detenernos en una breve definición descriptiva de las trece fases, en la que hemos optado en dividir el ciclo de la experiencia que procede —cuando se produce de forma completa y con una fluidez sana en los sucesivos tránsitos de cada fase a la siguiente— desde la fase de relajación del ciclo anterior, al que sucede un nuevo estado de necesidad o tensión por desequilibrio, sea a partir de la experiencia de una motivación de déficit, o de una motivación de Ser —en el sentido de Maslow (1968, 1976)— y produciéndose un nuevo ciclo, que transcurrirá desde la fase de receptividad sensorial hasta una nueva fase de relajación al final del microproceso (Gimeno-Bayón y Rosal 2001, p.157).

En el modelo se describen más de cien problemas que pueden ser identificados y tratados en las sesiones de psicoterapia (Gimeno-Bayón & Rosal 2001 y 2003). Desde ahí se irá describiendo un «ir y venir» de lo general y existencial —el macroproceso, la globalidad del ciclo— a la concreción de

los problemas —el detalle del microproceso y los problemas asociados, las interferencias específicas en forma de bloqueos, dispersiones y distorsiones de la energía en un punto concreto del fluir vital—.

Los trastornos psicopatológicos se entienden como bloqueos, dispersiones y distorsiones energéticas del ciclo de la experiencia que impiden conseguir una personalidad y conducta creadoras.



## **CONCRECIONES EN RELACIÓN CON LA PSICOTERAPIA CORPORAL INTEGRADORA HUMANISTA**

En el marco de la PIH, trabajaremos aquí sobre conceptos evolutivos del nivel somático y especificaciones del flúir vital en relación con ellos. Se hará hincapié en las interferencias energéticas en forma de bloqueos, distorsiones y dispersiones para cada una de las diferentes improntas que se trabajan, y posteriormente se especificará el concepto de interferencia en los estilos de ciclo de cada una de las estructuras de carácter.

Para cada apartado se señalarán intervenciones psicoterapéuticas y posibilidades para el abordaje en la sesión de terapia.

Como los conceptos sobre los que se desarrollará el trabajo psicocorporal están unidos a temáticas que frecuentemente implican trabajo psicoterapéutico con primera infancia y adolescencia o preadolescencia, así como con familias, considero oportuno incluir una aproximación general al trabajo con estas franjas de edad en el espacio terapéutico. Utilizaré a tal fin conceptos nucleares del modelo de la PIH como telón de fondo al servicio del vínculo y la relación terapéutica.