

Índice

<i>Prólogo</i>	9
CAPÍTULO 1	
ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA	13
1. Vamos a hablar del Enfoque Centrado en la Persona	15
2. La No-Directividad, concepto esencial	16
3. Qué es el Enfoque Centrado en la Persona	18
CAPÍTULO 2	
LOS FUNDAMENTOS TEÓRICO-CIENTÍFICOS DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA (ECP)	23
1. Los fundamentos teóricos del ECP	25
2. Reflexiones epistemológicas	27
3. Reflexiones sobre la fenomenología	28
4. Investigación científica del proceso terapéutico	29
CAPÍTULO 3	
TEORÍA DE LA PERSONALIDAD Y DE LA CONDUCTA	39
1. La persona, «ser en relación», y la comunicación	41
2. Proposiciones de Rogers sobre la personalidad y la conducta	46
3. Desarrollo de algunas proposiciones sobre la personalidad y la conducta	49
3.1. Postulado básico: la Tendencia Actualizante	49
3.2. Proceso del desarrollo humano	52

3.3. El sí mismo (self) o autoimagen	59
3.4. Libertad de experiencia	65
3.5. Teoría del funcionamiento óptimo de la personalidad	67

CAPÍTULO 4

CONDICIONES DE LA RELACIÓN INTERPERSONAL	75
1. La persona, ser-en-relación	77
2. Clima Facilitador: la verdadera relación humana	79
2.1. Técnica o actitud	81
3. ¿Qué entendemos por autenticidad o congruencia?	83
3.1. ¿Cuál es la necesidad de la autenticidad o congruencia?	83
3.2. Volvemos a la pregunta: ¿qué entendemos por autenticidad o congruencia?	85
3.3. La autenticidad es clave, incluso, en los trastornos limítrofes ..	86
3.4. Ejercicios para la humanización o sensibilización de la congruencia	88
4. ¿Qué entendemos por aceptación positiva incondicional?	94
4.1. ¿Cómo se hace esto?	95
4.2. Ejercicios para la sensibilización en aceptación positiva incondicional	99
5. ¿Qué entendemos por comprensión o empatía?	102
5.1. Algunas definiciones	102
5.2. En la piel del otro	106
5.3. Repensar la empatía como base de las habilidades sociales	109
5.4. Ejercicios para sensibilizar en empatía	113

CAPÍTULO 5

EL RECURSO DE LAS TÉCNICAS	123
1. Cómo manifestar nuestras actitudes facilitadoras	125
2. Consideraciones sobre las técnicas o métodos de intervención	126
3. La creación de un espacio de encuentro	129
4. La comunicación de la empatía: técnicas o arte en empatía	131
5. La respuesta reflejo	137
5.1. Las técnicas: técnica del reflejo en general	139
5.2. La técnica del reflejo: tipos	140
5.3. La técnica del reflejo: ejemplos	140
5.4. Una entrevista final	146

CAPÍTULO 6

**CREAR UN CLIMA FACILITADOR EN LOS GRUPOS
PARA RESOLVER CONFLICTOS**

CREAR UN CLIMA FACILITADOR EN LOS GRUPOS PARA RESOLVER CONFLICTOS	149
1. Formar terapeutas y profesionales de ayuda	153
1.1. Persona a persona	153
1.2. Puntos centrales de la persona del terapeuta	156
1.3. Preparación y técnicas	159
1.4. Reflexiones sobre la práctica psicoterapéutica	162
1.5. ¿Cómo se adquieren las habilidades básicas de un modo centrado en la persona?	166
1.6. Unas notas finales sobre mi propia experiencia	174
2. Favorecer las relaciones y resolver conflictos en empresas y organizaciones	175
2.1. La nueva política de las relaciones interpersonales e intergrupales en las empresas y organizaciones	175
2.2. Aplicación del Enfoque Centrado en la Persona en el ámbito de empresas privadas y organizaciones	178
2.3. El relato de una experiencia personal en la empresa	184
2.4. Ejemplos de prácticas para la mejora de la calidad de vida laboral	198
3. Favorecer las relaciones y resolver conflictos en instituciones educativas	205
3.1. Libertad y creatividad en la educación	205
3.2. Métodos para construir la libertad y creatividad en la educación	208
3.3. Poder o personas: dos tendencias en educación	214
3.4. Facilitación del aprendizaje en una clase de Historia de Primaria	222
4. Otras actuaciones posibles desde el Enfoque Centrado en la Persona	242
4.1. Creación de espacios y grupos de encuentro	245
4.2. Comunidad social de investigación	245
4.3. Responsabilidad social corporativa	246
<i>Conclusión</i>	249
<i>Bibliografía</i>	251