



Academia Digital de Psicología y Aprendizaje

Seminario: Preguntas de Excepción y Preguntas Reflexivas

Mtro. Gilberto Gómez Pérez

Excepciones:

- Son las acciones y circunstancias en las que la presencia de la queja se atenúa o, sencillamente, no ocurre. Es tarea del terapeuta retener el tema de conversación de la entrevista clínica en las excepciones.
- Consiste por lo tanto en interesarse por los comportamientos que el cliente o su sistema hacen o hicieron en alguna ocasión y que logran resolver el problema –o, al menos, encaminar la situación hacia un abordaje más eficaz- y las situaciones en las que este disminuye o desaparece.

Excepciones, ej.:

Quejas	Excepciones
Mi pareja no quiere tener relaciones sexuales	Buscar la ocasión en que si tienen
Mi padre se siente deprimido y no se levanta de la cama	Explorar cuando el padre está más activo
Las excepciones son aquellas conductas, percepciones, ideas y sentimientos que contrastan con la queja.	

La TBCS comienza antes de la primera sesión. El terapeuta efectivo se da tiempo para preguntar y preparar el terreno antes de la primera sesión.

- Cambios pre-tratamientos.
- Exploración del sistema
- Introducción del modo de intervención

Excepciones:
Pre-consulta

Excepciones: visión global del cambio psicoterapéutico

La primera opción es identificar lo que las personas ya están haciendo que les ayuda a resolver sus problemas y trabajar para ampliarlo.

La segunda es construir con ellos un problema resoluble, bien reconstruyendo la secuencia de acontecimientos que se producen en torno a la queja para después introducir modificaciones en ella, bien identificando las soluciones intentadas ineficaces para luego bloquearlas.

Excepciones: Conversar sobre soluciones

Dejar la plática del problema a favor de la solución, beneficios:

- El cambio se da más pronto.
- La terapia es más corta.
- Visión esperanzadora del Terapeuta.
- Construcción esperanzadora del cliente.
- Las opciones se basan en cada situación específica de la relación terapeuta-cliente.
- Terapeuta con actitud flexible sobre hablar de soluciones, sin caer en ser tercamente optimista.

Seudoexcepciones:



- Situaciones en las que no sucede el problema pero que los factores que lo provocan no pueden prescribirse por razones éticas, porque son imprácticas o implican un peligro.



- En estos casos hay que hacer adecuaciones a los factores que intervienen en la solución.



- Para utilizar esta experiencia, hay que identificar los factores claves que si pueden ser utilizados.

1

- Siempre hay excepciones, porque es matemáticamente imposible que todo el tiempo se presente el problema.

2

- Muchas veces no encontramos excepciones por negativismo del cliente o poca indagación del psicoterapeuta.

3

- Explorar opciones de solución apelando a situaciones que el cliente no ha vivido.

4

- Se le solicita al cliente que observe que es lo que hacen otras personas en situaciones o problemas similares.

5

- O imaginar una versión resulta del patrón problemático utilizando preguntas hipotéticas o la pregunta milagro.

Excepciones:
Soluciones
Hipotéticas

El cliente no reportó excepciones:

Recurso adicional

Recurso adicional

Sin reporte de pseudo-excepciones.

Ayudarlo a recordar experiencias donde ha sido exitoso.

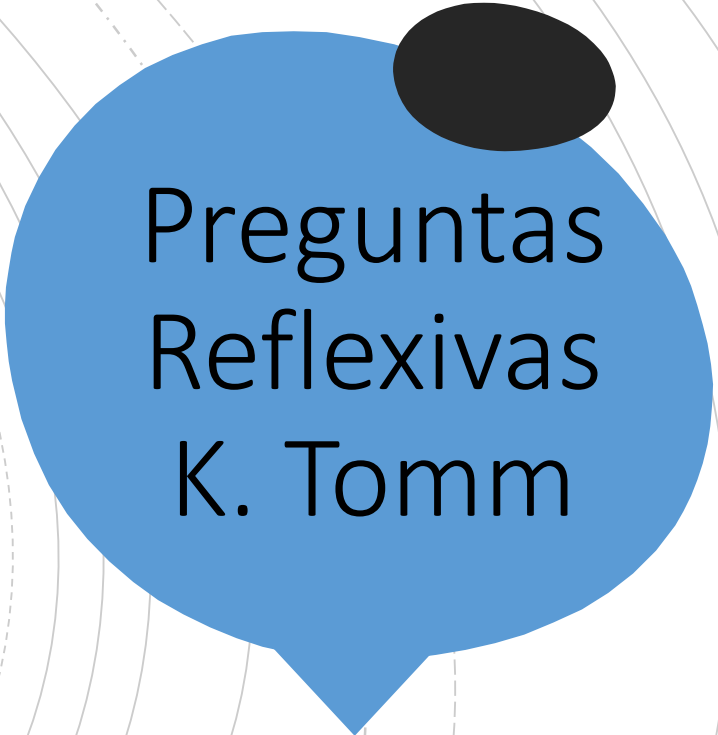
No es necesario que sea una excepción que sea una excepción, que nosotros la transformamos.

Sin reporte de soluciones hipotéticas.

Seleccionando una experiencia que tenga algo en común con la situación problemática.

Excepciones Análogas

El hacer preguntas reflexivas es un aspecto de la entrevista como intervención orientado a capacitar a los clientes para que generen por sí mismos nuevos patrones de cognición y conducta. El terapeuta adopta una postura facilitadora y hace deliberadamente aquellos tipos de preguntas que sean susceptibles de abrir nuevas posibilidades de auto-curación. Se postula que el mecanismo que produce en los clientes el resultado terapéutico resultante es la flexibilidad entre niveles de significado dentro de sus propios sistemas de creencias. Adoptando este modo de investigar y aprovechando las oportunidades de hacer diversas preguntas reflexivas, puede que un terapeuta sea capaz de aumentar la efectividad de sus entrevistas.



Preguntas Reflexivas K. Tomm

Preguntas Reflexivas

- Invita a los clientes a explorar opciones de cambio a través de la reflexión por lo que se integra una actitud facilitadora y empoderada del terapeuta.

Más ¿Cómo?, Menos ¿Por qué?

- ¿Qué dice tu experiencia acerca de lo que te ha funcionado antes?, ¿Qué sentirás y harás diferente?, ¿En qué te beneficiarás si lo continúas haciendo?.

¡GRACIAS!