

Marisol Filgueira Bouza

Doctora en Psicología, especialista en Psicología Clínica, psicodramatista y terapeuta Familiar, Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama en Galicia (ITGPG), en España.

Propuestas de intervisión y autocuidado con psicodrama

Intervision and self-care proposals with psychodrama

RESUMO

Se revisan los riesgos en la profesión de ayuda, considerando los imperativos éticos y límites en la práctica de la psicoterapia, así como variables específicas de estrés ocupacional y psicopatología en este ámbito, con recomendaciones, programas y guías de manejo. Se realizan propuestas para la supervisión/intervisión y autocuidado de los terapeutas en los diferentes aspectos (emocional, físico, económico y espiritual), representando prácticas protectoras en una perspectiva integral. Se presentan, a modo ilustrativo, los talleres de autocuidado/intervisión, enmarcados en la teoría de roles y las teorías de escenas de Moreno y sus seguidores, y también en la metodología psico(socio)dramática. Trabajamos con la metáfora contenida en el mito de “Quirón, el sanador herido”, quien no pudo curar su propia herida.

PALABRAS-CLAVE

Psicoterapia. Intervisión. Supervisión. Autocuidado. Psicodrama.

ABSTRACT

A review of the risks in the helping professions, considering the ethical imperatives and limits in the practice of psychotherapy, as well as specific variables of occupational stress and psychopathology in this field, with coping recommendations, programs and guides. Proposals for the therapists' supervision/intervision and self-care in the different (emotional, physical, economical and spiritual) aspects are made, representing protective practices in an integral perspective. Workshops are presented as an illustration, framed into the role theory and the scene theories of Moreno and his followers, and also the psycho(socio)dramatic methodology. We work with the metaphor in the myth of “Chiron, the hurt healer”, who was not able to heal his wound.

KEYWORDS

Psychotherapy. Intervision. Supervision. Self-care. Psychodrama

I. INTRODUCCIÓN

Burmeister y Álvarez Valcarce (2009) plantean la importancia de la terapia personal y la supervisión de los terapeutas durante el período de su formación (KESSELMAN; PAVLOVSKY; FRYDLEVSKY, 1981; MIRAPEIX COSTAS, 1991-1992 y durante el ejercicio profesional, a fin de no contaminar la relación terapéutica con las propias necesidades o intereses (especialmente en temas de poder, sexualidad, violencia, narcisismo y expectativas) y para garantizar un espacio terapéutico seguro por el cumplimiento de los principios éticos aprobados para cualquier forma de psicoterapia (respetar la autonomía y la autodeterminación, evitar daños, asumir compromiso para ayudar y para la derivación, hacer justicia y repartir recursos).

Gran parte de los programas de formación exige o recomienda la terapia personal, y porcentajes muy elevados de psicoterapeutas la han recibido, la siguen recibiendo y la recomiendan para el ejercicio óptimo de la profesión (ÁVILA ESPADA et al., 2000). Canevaro (2003) afirma que la persona del terapeuta es más importante que sus competencias en los resultados de la terapia. Las experiencias personales en la formación son decisivas. En la identidad del terapeuta se articulan el *self* personal, alimentado por la familia de origen y la familia actual, cuya influencia queda impresa en su personalidad, y el *self* profesional, donde se superponen la red profesional (compañeros, colegas...) y la red de los pacientes. El equilibrio dinámico de estos sistemas relacionales, junto con el desarrollo de intereses personales y una vida social estimulante, sostienen la salud psicológica y somática del terapeuta y su idoneidad profesional. La deformación en una de estas áreas puede traducirse en *Burnout* (desgaste), comportamientos inadecuados en el plano ético y estilos terapéuticos iatrogénicos. Múltiples estudios y autores reflexionan sobre el impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta (GUY, 1995) y recomiendan el trabajo con la persona del terapeuta, que incluya el entrenamiento vivencial-experiencial (VEGA, 2003), así como la práctica regular de la supervisión (KREUZ SMOLINSKY, 2004; MASON, 2004; GOLDBETER-MERINFELD, 2004; SARRÓ MARTÍN, 2007; LAMAS PERIS, 2007), algunos concretamente con métodos activos (PÉREZ MUÑOZ; ORTEGA, 2007; POBLACIÓN KNAPPE; LÓPEZ BARBERÁ, 1996).

II. SÍNDROMES PROFESIONALES DE LOS TERAPEUTAS

El *Burnout* es un síndrome psicoemocional, descrito por Maslach y Jackson, que se caracteriza por agotamiento físico y emocional, desarrollo de una autoimagen negativa, una actitud negativa frente al trabajo y falta de interés por los usuarios del servicio. En Filgueira Bouza (1993, 1994, 1995, 2008), lo he presentado detalladamente. Se han elaborado listados de los precipitantes y sintomatología específica para diferentes colectivos. En salud mental, la gravedad de la enfermedad y el contacto directo con los pacientes son dos de los factores determinantes. Como medidas preventivas y de intervención se han mencionado, entre otras: programas adecuados de formación, apoyo social, aislamiento social temporal planificado, actividades extraterapéuticas, terapia personal y supervisión...

Portnoy (1996) ha elaborado una guía de autoayuda para las variantes del estrés ocupacional en profesionales de servicios humanos, señalando causas externas de estrés (variables del entorno laboral) y causas internas, radicadas en las creencias y

características de personalidad que proceden de influencias familiares, socavan la capacidad de autocuidado y resultan en sobreimplicación en el trabajo (y, por tanto, desgaste). Asimismo, detalla las características de las personalidades vulnerables (hiperresponsabilidad, sobreinvolucración con el trabajo, autovaloración basada en logros, orientación al exterior, negligencia ante las necesidades personales, autosuficiencia, intolerancia de la discordia...) y los escenarios familiares que favorecen prácticas de riesgo (falta de predictibilidad, menores adultos, familiares discapacitados, problemas de límites, roles estereotipados, transmisión de normas y expectativas...).

SÍNTOMAS DE FATIGA POR COMPASIÓN (PORTNOY, 1996)	
Emocionales Impotencia Ansiedad y miedo Culpa y culpa del superviviente Rabia Tristeza y depresión Alta sensibilidad	Cognitivos Baja concentración Apatía Rigidez Minimización Preocupación con el acontecimiento traumático
Interpersonales Aislamiento Desconfianza Replegamiento Aumento de conflictos con otros Disminución del interés por el sexo o la intimidad	Conductuales Mal humor Irritabilidad Replegamiento Hipervigilancia Negativismo Fatiga
Somáticos Tasa cardíaca elevada Sudor Dolores y malestar digestivo Jaqueca Alteración del sistema inmunológico	Rendimiento laboral Baja moral Baja motivación Desapego Obsesión por los detalles Absentismo Distanciarse de los colegas

Harrison y Westwood (2009) en un estudio sobre Trauma Vicario (TV) en terapeutas concluyen que los esfuerzos de los profesionales por distanciarse, evitar o resistir la intensidad de los relatos traumáticos de los clientes pueden ser contraproducentes. Del mismo modo que los individuos traumatizados deben integrar la experiencia traumática en su identidad y su historia personal, en lugar de escindirse, los clínicos tienen que beneficiarse de aceptar su relación profesional con el material traumático de los clientes. La *empatía exquisita* puede facilitararlo porque implica una conexión íntima mutuamente curativa, en la que el cliente y el clínico se benefician por igual del cuidado bien delimitado y ético del cliente por el clínico. Fortalece en lugar de debilitar, resultando una práctica protectora y cuestionando las conceptualizaciones previas sobre la etiología e inevitabilidad del TV, que la consideraban un factor de riesgo. Se impone atender el TV por medio de: supervisión regular (en el contexto de una relación de supervisión de apoyo); redes de apoyo social y de iguales; equilibrio

entre la vida personal y el trabajo; autocuidado holístico (incluyendo terapia personal); y autoconciencia plena dentro y fuera del lugar de trabajo.

III. INTERVISIÓN/SUPERVISIÓN Y AUTOCUIDADO DE PROFESIONALES

En trabajos anteriores (FILGUEIRA BOUZA, 1991-1992, 1993, 1994, 1995, 2008), he recomendado la práctica de la terapia personal, la supervisión y/o el intercontrol entre psicoterapeutas por la constatación de dificultades específicas, síntomas, riesgos y problemas éticos en el ejercicio de la profesión (influencias de la personalidad, la historia personal, las relaciones, la formación y el ejercicio profesional sobre el rendimiento y la salud, complicaciones y especificidades del cuidado de cuidadores...) y el insuficiente uso de las medidas oportunas. Las recomendaciones más frecuentes consisten en garantizar una formación adecuada, selecciones rigurosas de los aspirantes, distintas modalidades de terapia personal, coterapia y supervisión, así como reuniones de los equipos profesionales y actividades programadas de tiempo libre.

En la guía de Portnoy (1996) se facilita un instrumento de evaluación y un programa de autocuidado (traducida al español en FILGUEIRA BOUZA, 2008).

PROGRAMA DE AUTOCUIDADO (PORTNOY, 1996)

Consejos de autocuidado

- * Evalúa y rebaja tu nivel de autoexigencia como cuidador.
- * Reconoce tus limitaciones y conoce tu nivel de tolerancia.
- * Identifica y conoce la contribución positiva que realmente haces a las personas a las que sirves.
- * Realiza actividades que no impliquen pensamiento conceptual y no tengan nada que ver con el trabajo, como actividades artísticas, físicas o en la naturaleza.
- * Haz descansos y no te sobrecargues.
- * Pasa tiempo con los amigos y la familia.
- * Escribe diariamente en una revista.
- * Baja el ritmo y haz tiempo para estar en soledad.
- * Busca supervisión para los clientes difíciles.
- * Está dispuesto a limitar los clientes cuyas historias particulares de trauma te pueden resultar difíciles de procesar.
- * Considera la posibilidad de incorporarte a un trabajo de servicio social en otros terrenos como consultoría/asesoramiento, enseñanza o investigación fuera de los confines de tu despacho o institución.
- * Si trabajas en una institución, intenta conseguir que los clientes más tóxicos se distribuyan por igual en el equipo.
- * Haz otros tipos de trabajo psicológico como asesoramiento, formación e investigación fuera de los confines de tu despacho.

Cuidarte implica atender a los diferentes aspectos de tu vida. Reflexiona sobre esto considerando las siguientes categorías:

AUTOCUIDADO EMOCIONAL: Pon límites, tómate tiempo libre, pasa tiempo con personas en las que confías para el apoyo emocional y a quienes puedes revelar aspectos de ti mismo que no son competentes o fuertes. Valora cómo te tratas cuando cometes errores o no cumples tus expectativas o las de otros.

FÍSICO: Haz ejercicio regularmente, duerme bien, ten una dieta sana, haz revisiones médicas.

FINANCIERO: Planifica la jubilación, las inversiones, administra el presupuesto.

ESPIRITUAL: Haz afiliaciones religiosas, meditación, actividades artísticas y ten tiempo en contacto con la naturaleza.

Ahora diseña un plan de autocuidados. Evalúate (niveles de estrés, *burnout*, trauma... y necesidad de autocuidado); identifica tus creencias y supuestos nucleares; considera las consecuencias de mantenerlos en tu vida personal y profesional, evalúa cómo reforzaron tus padres y tus profesores dichas creencias y supuestos (ejercicio de las expectativas); lee los consejos de autocuidado y diseña un plan pensado específicamente para satisfacer óptimamente tus necesidades personales y profesionales; asegúrate de que incluyas todas las categorías para garantizar tu bienestar emocional, físico, financiero y espiritual. **Buena Suerte!**

PRÁCTICAS PROTECTORAS CONTRA EL TRAUMA VICARIO (HARRISON; WESTWOOD, 2009)

1. Neutraliza el aislamiento en todas las esferas de la vida: profesional, personal y espiritual.
2. Desarrolla conciencia plena, por la práctica del *mindfulness* (atención presente centrada en cada cambio de la mente, el cuerpo y el entorno).
3. Amplia conscientemente la perspectiva para aceptar la complejidad.
4. Transmite optimismo activo, esto es, la creencia de que las personas se pueden curar.
5. Ten autocuidado holístico, en todos sus aspectos: físico, mental, emocional, espiritual y estético (produce belleza deliberadamente).
6. Mantén fronteras claras y respeta los límites.
7. Ten empatía exquisita: involucración con discernimiento, esto es, la capacidad para establecer una alianza terapéutica altamente presente, sensible y sentida, pero con límites interpersonales claros, sin fusión o confusión de la historia, las experiencias y la perspectiva de los clientes con las propias.
8. Consigue satisfacción profesional: proviene de la efectividad en el trabajo, logra una contribución significativa con los esfuerzos profesionales y ten una alta cualificación para la tarea.
9. Crea significado: compromiso con la familia, el trabajo y/o la comunidad para obtener un sentido de la interconexión con los esfuerzos de otros con continuidad temporal.

IV. AUTOCUIDADO CON PSICODRAMA

La Teoría de Roles de Moreno enmarca nuestras prácticas de autocuidado con psicodrama: el concepto de identidad como mosaico de roles en constante interrelación; el rol como unidad de interacción; el acceso a la autoconciencia total integrada por el desempeño de roles psicósomáticos (conciencia corporal), psicodramáticos (conciencia psíquica) y sociales (conciencia social); la dinámica de roles (reciprocidad) y escenas (manifiesta/latente, temida/consonante/resonante/resultante...) (POBLACIÓN KNAPPE, 1985; MARTÍNEZ BOUQUET, 2005; KESSELMAN; PAVLOVSKY; FRYDLEVSKY, 1981); el repertorio de roles, átomo social, *role-playing* y sociometría... Al desarrollar nuestra conciencia del repertorio de roles real y potencial que poseemos, incrementamos nuestra espontaneidad (capacidad para responder adecuadamente a las situaciones). Los diferentes roles surgen y se van elaborando en el proceso evolutivo (matriz de identidad, matriz familiar y matriz social). Los roles se agrupan y funcionan en racimos, ramilletes o *clusters de roles*, como conjuntos dinámicos unificadores, donde se constituyen vínculos y pautas interactivas que pueden condicionar un desarrollo sano o predisposiciones psicopatológicas: Cluster 1/ contención + dependencia (función materna); Cluster 2/ autonomía + confianza (función paterna); Cluster 3/ compartir + competir (función fraterna) (BUSTOS, 2004, 2006, 2007; POBLACIÓN KNAPPE EN FILGUEIRA BOUZA et al., 2009).

El trabajo con los roles profesionales, para preservar la capacidad y el rendimiento, pasa por un planteamiento de autocuidado y/o supervisión que incluye el trabajo con la biografía y las relaciones familiares y sociales como abordaje para la resolución de conflictos personales y profesionales imbricados. Proponemos el estudio de la cadena histórica de escenas concatenadas de relación (con las figuras parentales y otros personajes significativos de la biografía personal) hasta llegar a la matriz primigenia de los roles actuales, desvelando las heridas y corazas, sobrecargas emocionales enmascaradas, y los paralelismos entre la experiencia individual, familiar, social y profesional.

ESQUEMA DE TRABAJO CON ROLES (Bustos 2004)
1º Nivel Cenestésico: localizar el rol a nivel corporal.
2º Nivel Afectivo: dejar fluir las vivencias evocadas.
3º Nivel Presimbólico/Imaginario: asociarlo con una escena de la historia personal donde apareció por primera vez (matrización); identificar al personaje antagonista que creó al protagonista (“mi otro yo”) y con qué fines/funcionalidad (defensa contra la ansiedad generada cuando un rol no sirve para enfrentar una situación).
4º Nivel Simbólico: trabajar con los personajes en escena (nombre, título, dinámica y contenidos en el momento de la creación, funcionalidad, modificaciones posibles en contenido y forma con otros recursos...).

La meta es averiguar dónde y por qué (*locus*), cuándo (*status nascendi*), cómo y para qué (*matrix*) creamos nuestros roles (respuestas) para poder iniciar el aprendizaje de roles nuevos más adecuados (*rematrización*). Este proceso facilita la Catarsis de Acción e Integración: en los Niveles Cenestésico y Afectivo, transcurre la Reviviscencia Afectiva. En el Nivel Presimbólico/Imaginario, la rememoración. Y en el Nivel Simbólico, el resto del proceso catártico: abreacción, *insight*, verbalización y perlaboración. La salud tiene que ver con la espontaneidad y el repertorio de roles. La patología se desencadena a partir de déficits o estereotipias en los roles que los hacen disfuncionales (inadecuados, desadaptativos), empobreciendo la relación.

V. LOS GRUPOS DE AUTOCUIDADO/INTERVISIÓN DEL ITGP-GALICIA Y RENOSUR PSICODRAMA IBEROAMÉRICA

Talleres a demanda de duración variable (generalmente 8-12 horas) y grupo continuo trimestral (en el fin de semana más próximo al cambio de estación), con docentes del equipo o invitados de otras escuelas, para formación avanzada en psicodrama, supervisión/intervisión de profesionales, y autocuidado en las diferentes esferas: emocional (vínculos, relaciones y necesidades), física (ejercicio y alimentación), económica (tarifas y estancias asequibles) y espiritual (contacto con la naturaleza, meditación, sonido, ballenoterapia, arte, encuentros transdisciplinares y transculturales). Proponemos la experiencia en régimen residencial, esto es, la convivencia como ingrediente activo de la dinámica grupal y la evolución personal en el proceso formativo y terapéutico.

Realizamos un análisis del solapamiento e impacto recíproco entre la vida personal y la vida profesional, mediante la exploración y el trabajo con los racimos de roles y escenas en los diferentes ámbitos de interacción. Buscamos el desarrollo de habilidades para el autoanálisis y el análisis e intervención sobre las dinámicas interactivas en los diferentes escenarios de la vida del profesional de ayuda: pareja, familia, grupo social y entorno laboral. Revisamos cuestiones teóricas y técnicas, trabajando vivencialmente con la dinámica grupal y el encadenamiento de escenas que evocan los participantes en la experiencia. Realizamos las exploraciones de roles y escenas con instrumentos sociométricos, tests de la pareja y la familia, y cuestionarios de síndromes profesionales y de autocuidado. Utilizamos el método socio/psicodramático, con caldeamientos estructurados (ejercicios dirigidos, símbolos y rituales), enmarcados en el mito de “Quirón, el sanador herido”, para trabajar, desde un enfoque sistémico narrativo y constructorista (co-creación), escenas que traen los participantes de la biografía personal y casos del ámbito profesional. Se trata globalmente de entrenar a profesionales de ayuda en la aplicación de instrumentos diagnósticos y terapéuticos para la intervención con parejas, familias y grupos en sus diferentes tipologías, ofreciéndoles simultáneamente una oportunidad para la terapia personal, el autocuidado y la supervisión/intervisión de dificultades del ámbito laboral, acaso enraizadas en la biografía personal y familiar. Facilitamos protocolos estructurados para guiar los procedimientos. La metodología y los procesamientos se pueden consultar en Filgueira Bouza et al (2008-2011, en imprenta).

**PROGRAMA DE AUTOCUIDADO/INTERVISIÓN ITGP-GALICIA
(FILGUEIRA BOUZA ET AL. 2008-2011)**

PRIMER CICLO 2011-2012

Módulo 1: Síndromes profesionales. Formación, autocuidado y supervisión. Culleredo (A Coruña), 27-29 abril 2012. Marisol Filgueira Bouza.

Módulo 2: La pareja y la familia del psicoterapeuta. Culleredo (A Coruña), 25-27 mayo 2012. Marisol Filgueira Bouza.

Módulo 3: Terapia transgeneracional y transpersonal. Culleredo (A Coruña), 15-17 junio 2012. Marisol Filgueira Bouza.

SEGUNDO CICLO 2012-2013

Módulo 1: Autocuidado con terapias de conciencia. EMDR y mindfulness. Culleredo (A Coruña), 21-23 septiembre 2012. Anabel González Vázquez y Lourdes Suárez Fernández.

Módulo 2: Los juegos como símbolos del recorrido vital: el juego de la Oca. Cotobade (Pontevedra), 11-13 enero 2013. Antolina Fernández González.

Módulo 3: Máscaras, sombras y yo hegemónico en prácticas de autocuidado. Punta de Couso (Pontevedra), 15-17 marzo 2013. Manuel Castro Soto.

Módulo 4: Pedagogía terapéutica y psicolingüística – enseñanza de inglés con técnicas psicodramáticas. Punta de Couso (Pontevedra), 28-30 junio 2013. Anne Haire Collins y Marisol Filgueira Bouza.

TERCER CICLO 2013-2014

Módulo 1: *Clusters* de roles y rematrización: trabajo con las carencias y su compensación en escenas vinculares tempranas. Culleredo (A Coruña), 20-22 septiembre 2013. Marisol Filgueira Bouza.

Módulo 2: Escenas temidas del coordinador de grupos: trabajo con escenas sobre los grupos de referencia. Antas de Ulla (Lugo), 13-15 diciembre 2013. Marisol Filgueira Bouza y Manuel Castro Soto (colaboraciones de Maika Lorenzo Vila y Maca Alvargonzález Ucha).

Módulo 3: El faro de mi vida – convivir con mis luces y mis sombras: trabajo con la vulnerabilidad, las defensas, las potencialidades, el propósito personal, la resiliencia y el empoderamiento. Fisterra (A Coruña), 14-16 marzo 2014. Natacha Navarro Roldán.

Módulo 4: Encuentro ritual celta – cultura ancestral y relevo generacional: intercambio de mitos, ritos, canciones y danzas con sociopsicodrama y constelaciones sistémicas. Baroña (A Coruña), 19-24 junio 2014. Marisol Filgueira Bouza (colaboraciones de Conchi Hernando Román y Maika Lorenzo Vila).

REFERENCIAS

Ávila Espada, A.; Caro Gabalda, I.; Orlinsky, D.; Rodríguez Oliva, S.; Coscollá Iranzo, A.; Alonso Álvarez, M. **El desarrollo profesional de los psicoterapeutas españoles.** *Boletín de Psicología*, 69, dic. 2000, p. 43-69.

Burmeister, J.; Álvarez Valcarce, P. “Encuadre General de la Psicoterapia de Grupo”. En: Filgueira Bouza, M. S. et al. **Manual de formación de la asociación española de**

psicodrama: Normativa de Acreditaciones, Escuelas y Programa Oficial. Disponible en: <<http://www.lulu.com>>. Publicado el 18 oct. 2009.

Bustos, D. **Psicoterapia psicodramática**. Buenos Aires: Paidós, 1975.

Bustos, D. M. **Nuevos rumbos en psicoterapia psicodramática**. Buenos Aires: Momento, 1985.

Bustos, D. "Teoría de Clusters". Artículo de 2004. En: REYES, G. **Psicodrama. Paradigma, teoría y método**. Santiago de Chile: Cuatro Vientos, 2006.

Bustos, D.; Nosedá, E. **Manual de psicodrama en la psicoterapia y en la educación**. Buenos Aires: RV Ediciones, 2007.

Canevaro, A. **La interacción entre el self personal y el self profesional del terapeuta de familia**. *Mosaico*, 3ª Ep., 26, 2º cuatrim. 2003, p. 8-12.

Chasin, R.; Roth, S.; Bograd, M. **Action methods in systemic therapy: Dramatizing ideal futures and reformed pasts with couples**. *Family Process*, 28, 1989, p. 121-136.

Filgueira Bouza, M. S. **La cara oscura de la luna: metaterapia, encuentro en psicodrama y vínculos imaginarios**. VI Reunión Nacional de la AEP: Santiago de Compostela, abril 1990. *Informaciones Psiquiátricas*, 1991, (4º trim.) - 1992 (1er trim.), p. 126-127, 413-419,

Filgueira Bouza, M. S. **Desgaste profesional acelerado en trabajadores de la salud.- Un estudio psicosocial**. Nov. 1993. Tesis Doctoral – Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, 1993.

Filgueira Bouza, M. S. **Desgaste profesional acelerado en trabajadores de la salud**. *SISO SAUDE*, 23, 1994, p. 27-56.

Filgueira Bouza, M. S. "El síndrome del <Burnout> y el tratamiento de los terapeutas". En: *Trastornos afectivos*. VI Jornadas de la Asociación Gallega de Salud Mental. Pontevedra: Smithkline Beecham, S.A., 1995.

Filgueira Bouza, M. S. **Taller: La vida personal del psicoterapeuta**. Disponible en: <<http://trastornosdisociativos.files.wordpress.com/2012/10/taller-vida-personal-del-psicoterapeuta.pdf>>. Visitada el 30 set. 2008. Disponible en: <<http://fidp.net/node/1071>>. Visitada el 21 oct. 2008.

Filgueira Bouza, M. S. **Psicodrama con parejas y familias, autocuidado y supervisión. Protocolo de formación e intervención**. *La Hoja de Psicodrama*, 18(58), sep. 2010, p. 20-31. Disponible en: <<http://fidp.net/node/1071>>. Publicado el 21 oct. 2008.

Filgueira Bouza, M. S. **Comunicación con ballenas y escenas familiares en prácticas de autocuidado**. XXV Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama: *El Psicodrama del Siglo XXI*. Sitges (Barcelona), 1 a 3 de octubre de 2010.

Filgueira Bouza, M. S. **Communication with whales and Family Scenes in Self-Care Praxis**. Actas do IV Congresso Mediterraneo e Atlantico da IAGP: "Outros mares, novos olhares". Oporto, 7-10 septiembre 2011, Gabriela Moita, Antonio Roma Torres e Liliana Ribeiro (eds.), p. 125-134. Disponible en:

<<https://www.google.com.br/#q=Communication+with+whales+and+Family+Scenes+in+Self-Care+Praxis>>. Publicado en septiembre de 2011.

Filgueira Bouza, M. S. (en imprenta). **Síndromes Profesionales del Psicoterapeuta:** Propuestas de Autocuidado con Psicodrama. *Revista de Psicoterapia y Psicodrama* nº 3. Asociación para el Estudio de la Psicoterapia y el Psicodrama

Filgueira Bouza, M. S.; Castro Soto, M.; Fernández González, A.; Haire Collins, A.; Lorenzo Vila, M.C.; Alonso Búa, B.; González Vázquez, A.; Suárez Fernández, L.; Hernando Román, C.; Piñeiro Reiriz, E.; Martínez Cortizo, M.; Córdoba Gamallo, M. (en imprenta). **El Sanador-Herido:** R-Evolución Personal en Retiro Grupo de Autocuidado ITGP-Galicia. XXVIII Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama: (R)evolución. Sevilla, 22-24 noviembre 2013. Disponible en: <<http://psicodramarsevilla2013.blogspot.com.es/2013/12/el-sanador-herido-r-evolucion-personal.html>>. Visitada el

Filgueira Bouza, M. S. et al. (2009). **Manual de Formación de la Asociación Española de Psicodrama:** Normativa de Acreditaciones, Escuelas y Programa Oficial. Disponible en: <<http://www.lulu.com>> y <<http://aep.fidp.net/contenido/manual-de-formacion-en-psicodrama-aep-para-encargarlo>>. Visitadas el 18 set. 2009.

Filgueira Bouza, M. S.; Lomonte, G.; Castaldi, L.; Torres, P.; Latorre, I.; Jarpa, J. M.; Smith, M.; Osses, C.; Pérez Silva, R.; Paz Zarza, A. L. **Psicodrama y Ballenoterapia en los Grupos de Autocuidado RENOSUR 2010.** VIII Congreso Iberoamericano de Psicodrama. "...Se hace camino al andar...". La Habana, 14 a 19 de mayo 2011. Disponible en <http://fidp.net/contenido/encuentro-psicodramatico-del-bicentenario-programa-de-cooperacion-internacional-renosur_03.05.2010>. Publicado el 3 maio, 2010.

Goldbeter-Merinfeld, E. **Formación y Proceso.** *Mosaico*, 4ª Ep., 30, 3º cuatrim. 2004, p. 22-25.

Guy, J. D. **La vida personal del psicoterapeuta.** El impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta. Barcelona: Paidós, 1995.

Harrison, R. L.; Westwood, M. J. **Preventing vicarious traumatization of mental health therapists:** Identifying protective practices. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 46 (2), 2009, p. 203-219.

Kesselman, H.; Pavolvsky, E.; Frydlevsky, L. **Las escenas temidas del coordinador de grupos.** Madrid: Fundamentos, 1981.

Kreutz Smolinski, A. **Supervisión + Superaudición + Superemoción = Superación.** *Mosaico*, 4ª Ep., 30, 3er cuatrim. 2004, p. 12-16.

Lamas Peris, C. **Hablando de las supervisiones.** *Mosaico*, 4ª Ep., 3(38), oct. 2007, p. 29-32.

López Barberá, E. "El grupo interno familiar en la formación del psicoterapeuta." En: XXXIII Symposium de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo: *Procesos de Crecimiento*. Pamplona, mayo 2006.

Martínez Bouquet, C. **Fundamentos para una teoría del psicodrama.** México y Buenos Aires: Siglo XXI, 1. ed. 1977, 2. ed. 2005.

Mason, B. **Algunas ideas para la práctica de la supervisión.** *Mosaico*, 4ª Ep., 30, 3er cuatrim. 2004, p. 17-20.

Mirapeix Costas, C. **Acting-out contratransferencial.** VI Reunión Nacional de la AEP. Santiago de Compostela *Informaciones Psiquiátricas*, , 1991 (4º trim.) 1992 (1er trim.) p. 126-127, 477-481.

- Moreno, J. L. **Fundamentos de la sociometría**. Buenos Aires: Paidós, 1962.
- Moreno, J. L. **Las Bases de la psicoterapia**. Buenos Aires: Hormé, 1967.
- Moreno, J. L. **Psicoterapia de grupo y psicodrama**. México: Fondo de Cultura Económica, 1975.
- Moreno, J. L. **Psicodrama**. Buenos Aires: Hormé, 1978.
- Pérez Muñoz, A.; Ortega, M. **Aportaciones del psicodrama a la supervisión clínica sistémica**. *Mosaico*, 4ª Ep., 3(38), oct. 2007, p. 33-35.
- Población Knappe, P. **La escena primigenia y el proceso diabólico**. *Encuentro*, 1, oct. 1985, p. 20-28.
- Población Knappe, P.; López Barberá, E. **Psicodrama y teoría general de sistemas**. Encuentro Internacional de Psicodrama. Barcelona, oct.-nov. 1988.
- Población Knappe, P.; López Barberá, E. **Supervisión activa total**. *Redes, Revista de Psicoterapia Relacional e intervenciones Sociales*, I(2), 2º sem. 1996. Disponible en: <<http://www.itgpsicodrama.org/articulos/sat.pdf>>. Visitada el: 22 jul. 2014.
- Portnoy, D. **Overextended and Undernourished: A Self-Care Guide for People in Helping Roles**. Johnsons Institute-QVS Inc.: Minneapolis, 1996.
- Sarró Martín, A. **La supervisión como espacio relacional**. *Mosaico*, 4ª Ep., 3(38), oct. 2007, p. 11-13.
- Vega, S. **Una forma de tematizar el trabajo con la persona del terapeuta familiar en la formación**. *Mosaico*, 3ª Ep., 26, 2º cuatrim. 2003, p. 12-20.

Marisol Filgueira Bouza
As Xubias de Abixo, s/n
15006 A Coruña – España
Tel.: 981178000, ext. 293631
ma.soledad.filgueira.bouza@sergas.es

Recebido em 25/03/2014
Aceito em 07/07/2014