

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

La Formación Profesional En Línea de Compassionate Inquiry consta de ocho módulos. El Curso Corto Autoguiado de Compassionate Inquiry contiene también un breve resumen de estos módulos. A continuación se ofrece un resumen y los objetivos de aprendizaje de cada uno de los módulos, seguido de una descripción de los tres niveles de la formación para el Programa Profesional.

Módulo uno: Presencia, Seguridad, Sintonización

- **Esquema:**

1. Origen de Compassionate Inquiry
2. Visión Simplista
3. El Propósito de la Terapia
4. Nuestras Mentes Crean el Mundo
5. Tres niveles de conocimiento
6. Seguridad, Compromiso Social y Aprendizaje
7. Neurobiología Interpersonal
8. El Poder del Grupo
9. ¿Quién eres como terapeuta?
10. El enfoque de Compassionate Inquiry
11. Pasos de Compassionate Inquiry

- **Objetivos:**

1. Reflexionar sobre el propósito de la terapia y mantener una intención clara cuando trabajas con tus clientes.
2. Explicar cómo tu mente y las mentes de tus clientes crean el mundo.
3. Utilizar los tres niveles de conocimiento para relacionarte con tus clientes.
4. Demostrar tu capacidad de generar seguridad y apertura en el ambiente terapéutico.
5. Experimentar mayor presencia en ti mismo y en la relación terapéutica.
6. Demostrar tu habilidad de sintonizar con el cliente.
7. Aplicar el enfoque de Indagación Compasiva y empezar a practicar utilizando las Habilidades e Hitos.
8. Demostrar habilidad en llevarte a ti mismo y a tu cliente de vuelta al momento presente, y atraer la atención hacia lo que está sucediendo en el cuerpo.

- **Niveles y Estructura del Curso**

Los participantes recorrerán los ocho módulos tres veces en la Formación Profesional En Línea, centrándose en diferentes elementos del contenido del curso durante cada ciclo, para integrarlos más plenamente, adquirir soltura con las Habilidades y los Hitos, y progresar hacia el dominio del enfoque.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Nivel uno: Autoindagación, Conexión (18 semanas)

Nivel dos: Desarrollo de Habilidades (16 semanas)

Nivel tres: Dominio (16 semanas)

A continuación se detallan los niveles y los objetivos de aprendizaje de cada nivel.

Nivel uno: Autoindagación, Conexión

Objetivos de aprendizaje:

- Establecer la seguridad en el grupo
- Seguir las directrices del grupo
- Establecer la coherencia en las reuniones
- Construir una conexión con el grupo
- Construir una conexión con uno mismo
- Familiarizarse con los materiales y el contenido
- Familiarizarse con los formularios y las herramientas de evaluación (cuestionarios de vídeo, formularios de competencia)
- Aprender a navegar por el sitio web
- Familiarizarse con el Mapa de Indagación Compasiva
- Incorporar las cualidades del terapeuta en cada módulo
- Comenzar el proceso de autoindagación continua
- Practicar las habilidades y los peldaños de cada módulo en díadas/tríadas
- Procesar el material que surge del contenido del curso y en díadas/tríadas y compartir experiencias en un grupo más grande cada dos semanas
- Profundizar en el material a través de 4 reuniones de Zoom con Gabor
- Participar en el grupo internacional de Facebook y en la comunidad online

Segundo nivel: Desarrollo de Habilidades

Objetivos de aprendizaje:

- Profundizar en la conexión del grupo
- Profundizar en la comprensión del material y el contenido
- Utilizar los formularios de estudio de casos y las herramientas de evaluación (cuestionarios de vídeo, formularios de competencia)
- Completar el formulario de competencia para cada módulo
- Comenzar a completar los 25 formularios de estudio de casos
- Interiorizar y utilizar el Mapa de Indagación Compasiva
- Madurar las Cualidades del Terapeuta en cada módulo
- Adquirir fluidez en las Habilidades y los Trampolines de cada módulo, continuando la

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

práctica en díadas/tríadas y con los clientes

Procesar el material que surja en las díadas/tríadas y compartir las experiencias en el grupo más grande

Completar las preguntas de la Guía de Estudio y Práctica y discutir las brevemente en grupos quincenales.

Profundizar en el material durante las sesiones de Zoom programadas con Gabor - presentar preguntas.

Fomentar el diálogo en el grupo internacional de Facebook y en la comunidad online.

Nivel 3: Dominio

Objetivos de aprendizaje:

Desarrollar un grupo profesional de apoyo, proporcionando retroalimentación y apoyo. Demostrar la comprensión del material y el contenido, lo que conduce al dominio del enfoque.

Completar 25 formularios de casos de estudio.

Completar las pruebas de vídeo y los formularios de competencia.

Completar las preguntas de la Guía de Estudio y Práctica si están incompletas.

Completar el formulario de competencia para uno mismo

Ser fluido y espontáneo con el Mapa de Indagación Compasiva

Expresar las 9 Cualidades del Terapeuta

Demostrar competencia en 22 Habilidades y 17 Hitos

Profundizar en el material durante las sesiones de Zoom programadas con Gabor

Considerar un plan de 5 años para utilizar la CI profesionalmente, y explorar oportunidades para expandir CI globalmente

Fomentar el diálogo, establecer relaciones con colegas de distintos países e investigar las posibilidades de investigación y creación de redes a través del grupo internacional de Facebook y de la comunidad en línea a través de los Grupos de Enfoque de CI

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Dos: Detonantes, Dolor, Vergüenza

- **Esquema:**

1. Detonantes y Dolor Emocional
2. Aceptación de la Ira y el Dolor
3. Cómo Manejar las Emociones
4. Sentimientos vs. Percepciones. El Ejercicio del Arbusto Verde
5. Tener una Relación con los Sentimientos
6. Entender la Vergüenza

- **Objetivos:**

1. Explicar la naturaleza de los gatillos.
2. Reconocer tus propios gatillos y usar la Indagación Compasiva para procesarlos.
3. Reconocer el dolor que yace bajo la ira.
4. Crear espacio para experimentar tus emociones, investigar su origen, y expresar lo que necesita expresarse.
5. Diferenciar una percepción o interpretación de un sentimiento o emoción.
6. Describir la vergüenza y su origen.
7. Desarrollar conciencia sobre ti mismo a través de una práctica diaria de tu elección.
8. En el ámbito terapéutico, ofrecer espacio y atención al cliente para que éste pueda experimentar el dolor auténtico y para experimentar lo que está pasando para él/ella en ese momento.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Tres: Trauma, Desconexión, Constricción

- **Esquema:**

1. Ego y Esencia
2. ¿Qué es el Trauma?
3. De los Estados a los Rasgos
4. La Sensibilidad y el Trauma
5. Trauma Vicario
6. Enseñando Sobre el Trauma
7. Conoce lo que te Pasó
8. Resolución del Trauma
9. Cómo Preguntar Sobre el Trauma
10. El Trauma y los Trastornos de la Alimentación
11. El Sentido del Yo Agredido
12. Trauma Sociocultural en Canadá
13. Mi Experiencia Como Judío
14. Trauma y Psicosis
15. Epigenética y Trauma
16. TEPT
17. Síndrome de la Falsa Memoria
18. La Cultura Patriarcal
19. Perpetradores
20. Set, Escenario y Sustancias
21. Sentimientos Viscerales

- **Objetivos:**

1. Entender la diferencia entre ego y esencia.
2. Entender y explicar la causa principal del trauma.
3. Evaluar y aceptar lo que te pasó en la niñez.
4. Explicar la relación entre el trauma, las estrategias de afrontamiento y la formación de la personalidad.
5. Demostrar cómo preguntar sobre el trauma.
6. Explicar la prevalencia del trauma sociocultural.
7. Hablar sobre la importancia de ser consciente de tus sentimientos viscerales.
8. Demostrar tu sensibilidad hacia el lenguaje corporal y los patrones de habla y respiración, en ti mismo y en tus clientes.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Cuatro: Apego, Adaptación, Adicción

- **Esquema:**

1. El Reto de la Infancia Feliz
2. Las Muchas Partes de Nosotros
3. Reconocer Quién Habla
4. Las Raíces de la Adicción
5. La Culpa de los Padres
6. El Vínculo Genético con la Adicción
7. Apego vs. Autenticidad
8. El Propósito Adaptativo de una Conducta
9. Los Mecanismos de Afrontamiento como Heridas del Ser
10. Ayudar Desde la Herida vs. Ayudar Auténticamente

- **Objetivos:**

1. Aprender a identificar cuándo aparece el niño interior, el adulto maduro u otra parte
2. Llevar compasión al niño interior o a la parte mientras se relaja el juicio y se comprende su función
3. Comprender que la fuente de toda adicción surge de la desconexión
4. Comprender las necesidades de supervivencia del apego y la autenticidad
5. Reconocer los mecanismos de afrontamiento persistentes que tú y otros utilizan para mantener el apego
6. Reconocer las dolencias mentales-emocionales y físicas como adaptaciones
7. Entender los mecanismos de afrontamiento como heridas del ser
8. Conocer la diferencia entre ayudar desde un lugar auténtico y ayudar desde una estrategia de afrontamiento
9. Ser capaz de aclarar y reflejar las respuestas de sus clientes.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Cinco: Niños, Familia, Responsabilidad

- **Esquema:**

1. Trabajar con los Niños
2. Implicar a la Familia
3. Dar Prioridad a las Necesidades del Niño
4. Niños Adoptados
5. Afrontar los Traumas de la Infancia
6. El Juego en la Infancia
7. Mira a tus Hijos Por lo Que Son
8. TDAH
9. Cultura Tóxica
10. La Sanación está Dentro de Cada Uno
11. Las Limitaciones de los Diagnósticos
12. Trastorno Límite de la Personalidad
13. Tú Eres Responsable de Cómo eres Ahora
14. Vivir en Mundos Separados
15. Somos 100% Responsables
16. Las Cosas Malas como Fuentes de Nutrición

- **Objetivos:**

1. Explicar la relación entre el entorno de la primera infancia y el desarrollo del cerebro.
2. Explicar la importancia de la receptividad mutua en las relaciones entre adultos y niños.
3. Describir el valor y el rol del testigo empático para el niño.
4. Aceptar a tus hijos por lo que son.
5. Explicar la conexión entre el TDAH y la falta de sintonía.
6. Explorar la afirmación de que el verdadero ser nunca se daña ni se pierde.
7. Explicar cómo todos los diagnósticos se originan en los mecanismos de afrontamiento.
8. Describir los retos del trastorno límite de la personalidad.
9. Motivar la mentalidad de asumir el 100% de la responsabilidad de nuestras respuestas a las personas y situaciones.
10. Demostrar confianza como terapeuta.
11. Demostrar el uso de la auto-revelación apropiada.
12. Demostrar habilidad para interrumpir la historia del cliente y llevarle a su ser actual.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Seis: Memoria, Historias, Creencias

- **Esquema:**

1. Memoria
2. Memoria Explícita
3. Memoria Implícita
4. Memoria Preverbal
5. Trabajando con las Creencias Centrales
6. Examina tus Historias

- **Objetivos:**

1. Comparar las diferencias entre la memoria explícita y la implícita.
2. Describir las formas en que aparece la memoria implícita, especialmente cuando estás gatillado.
3. Notar la forma en que las memorias se revelan en el cuerpo.
4. Notar los juicios que tienes sobre ti mismo y sobre los demás, y lo que se interpone en el camino de la aceptación.
5. Describir los estados internos del cuerpo y atraer la atención a la tensión.
6. Nombrar las creencias inconscientes que reconoces en ti mismo y en tus clientes.
7. Describir las formas en que tú y tus clientes crean vidas que derivan de sus creencias.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Siete: Voluntad, Compasión, Perdón

- **Esquema:**

1. Diagnósticos
2. Voluntad y Contra Voluntad
3. El Superego
4. Los Cinco Niveles de Compasión
5. Perdón
6. Fatiga por Compasión

- **Objetivos:**

1. Describir la contra voluntad y reconocer cuando se activa en ti, en tu cliente o en la relación.
2. Describir la voz del Super-Ego dentro de uno mismo y en el cliente y desarrollar una estrategia de comunicación para tratarla.
3. Enumerar las formas en las que te juzgas a ti mismo y sustituir el juicio por la autocompasión.
4. Describir las formas en las que no estás siendo compasivo contigo mismo y notar la desconexión que está presente.
5. Decidir cómo te vas a presentar cada día.
6. Practicar la compasión incondicional hacia ti mismo y hacia tus clientes.
7. Describir y encarnar los Cinco Niveles de Compasión.
8. Explicar lo que significa la Compasión Radical.
9. Enumerar las formas en que practicas el autocuidado a diario.

Compassionate Inquiry

ESQUEMA DEL CURSO

Módulo Ocho: Relación, Posibilidad, Cambio

- **Esquema:**

1. El Enfoque Conductual de la Terapia
2. El Enfoque Relacional de la Terapia
3. El Contenedor Relacional
4. Trabajando con un Cliente Cuya Pareja ha Sido Infiel
5. Trabajar con Personas Transgénero
6. Estar en Relación con el Verdadero Ser del Cliente
7. Cómo Trabajar con Clientes que no Quieren Sentir
8. Experimentar el Sentimiento en Dosis Pequeñas
9. Voluntad Para Hacer el Trabajo
10. Trabajando con Parejas
11. Trabajando con Familias
12. La relación Cliente-Terapeuta es Como un Matrimonio
13. El Puente Interpersonal
14. Indagación y Validación
15. Mantener la Esperanza, Tocar Fondo y Habilitar
16. El Cambio es Posible
17. El Número de Sesiones de Compassionate Inquiry
18. La Fuente Está en Nuestro Interior

- **Objetivos:**

1. Entender la diferencia entre los enfoques conductual y relacional de la terapia.
2. Reconocer las cualidades de la relación que tienes con tus clientes que conducen a un impacto terapéutico más positivo.
3. Desarrollar la habilidad para crear un contenedor terapéutico seguro para que el cliente pueda experimentar el crecimiento.
4. Ser más consciente de qué es lo que puedes enseñar al cliente.
5. Reconocer lo que es inconsciente en ti ante lo cual el cliente está respondiendo o que el cliente está activando.
6. Practicar ver la posibilidad en el cliente y darle una experiencia de victoria.
7. Practicar la expresión de una gratitud auténtica durante y después de las sesiones de terapia.