



Nombre del Alumno: Veronica Mariana Hernández Rincón

Nombre del tema: Terapia Bioenergética

Parcial: 3er parcial

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: Beatriz López López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Primer cuatrimestre

Pichucalco, Chiapas a 11 de noviembre de 2021.

La Terapia Bioenergética

Alexander Lowen



Las personas tendemos a restar importancia a nuestra experiencia corporal y afectiva; por contra, sobrevaloramos la cognición y racionalizamos en exceso.



La bioenergética se puede definir como el estudio de la personalidad a partir del análisis de los procesos energéticos del organismo humano.



El objetivo de la terapia bioenergética es ayudar al cliente a obtener placer de forma satisfactoria con todas las funciones básicas de su organismo: la motricidad, la respiración, la sexualidad, las emociones, los sentimientos y la autoexpresión. Para esto es necesario liberar la tensión acumulada, tanto a nivel físico como psicológico.

El proceso de la terapia bioenergética consta de tres fases claramente diferenciadas:



Tomar conciencia de la tensión corporal y de los problemas psicológicos.

Descarga emocional: expresión de los sentimientos frustrados y distensión muscular; los mecanismos de defensa dejan de ser necesarios.

Liberación de la energía asociada a los conflictos; acceso a una vivencia corporal y psicológica plena.



Rígido

Este tipo de personalidad se caracteriza por rasgos como la agresividad, la obstinación, la ambición, el orgullo y la sexualidad compulsiva.

Masoquista

Las personas masoquistas tienden a mostrar una actitud negativa, sumisa, insegura y poco asertiva, y a reprimir sus intensos sentimientos de hostilidad y agresividad

Esquizoide:

Las personas con un carácter esquizoide tienden a dissociar sus pensamientos y sus emociones, así como a perder el contacto con la realidad y a ser rechazadas por las demás. sienten miedo constantemente.

Oral

La personalidad oral se caracteriza por actitudes infantiles derivadas de la falta de satisfacción de las necesidades de afecto durante el desarrollo temprano. Estas personas suelen ser narcisistas y dependientes de las demás, o bien excesivamente independientes.

Psicopático

En el caso del carácter psicopático los bloqueos se darían en el diafragma y en la cintura, lo cual hace que la energía no fluya adecuadamente hacia el polo genital.