

# EMPATIA Y AUTOGENICS

Prof. JLG de Rivera

CURSO DE REALIDAD VIRTUAL UAM

Laboratorio de Empatía y Realidad Virtual

(Prof. Poveda)

Facultad de Medicina

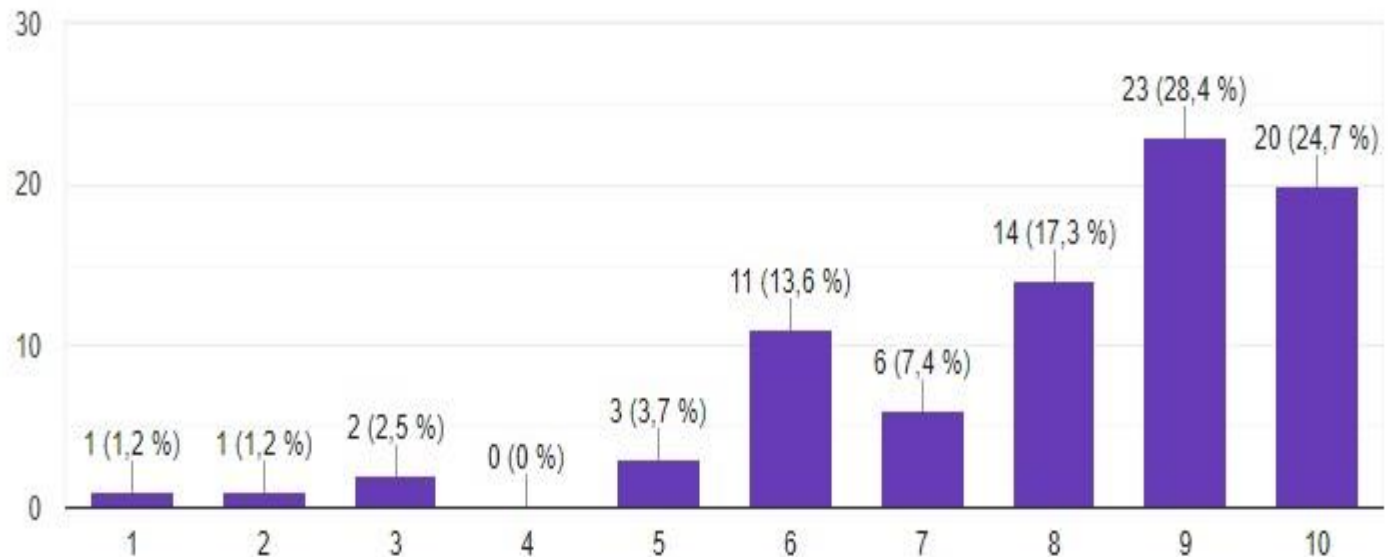
Universidad Autónoma de Madrid

Madrid, 14-18 sept. 2020

# AUTOGENICS Y EMPATIA

13. Si ha practicado la terapia autógena ¿Cree que le ha ayudado a entender mejor a los demás?

81 respuestas



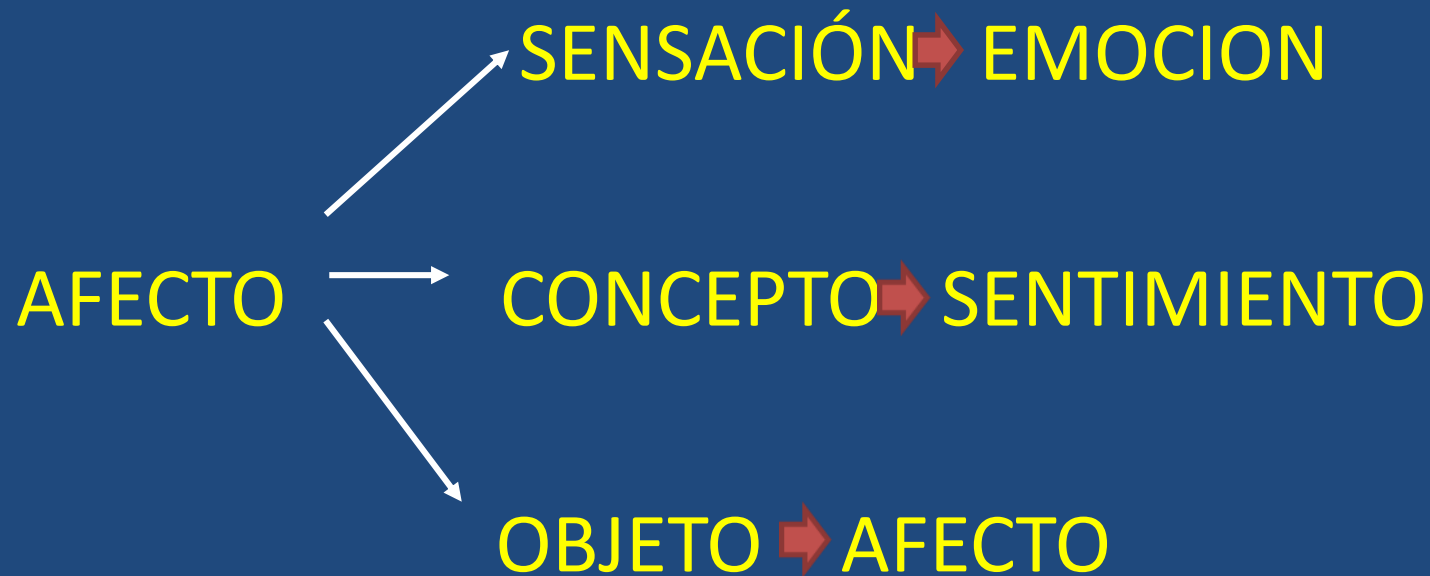
# **QUALIDADES PSICOTERAPEUTA**

- 1. EMPATIA OBJETIVA**
- 2. ACEPTACIÓN DINÁMICA**
- 3. TOLERANCIA DE ANSIEDAD**
- 4. APERTURA MENTAL**
- 5. NO GRATIFICACIÓN EMOCIONAL**
- 6. MOTIVACION CREATIVA**

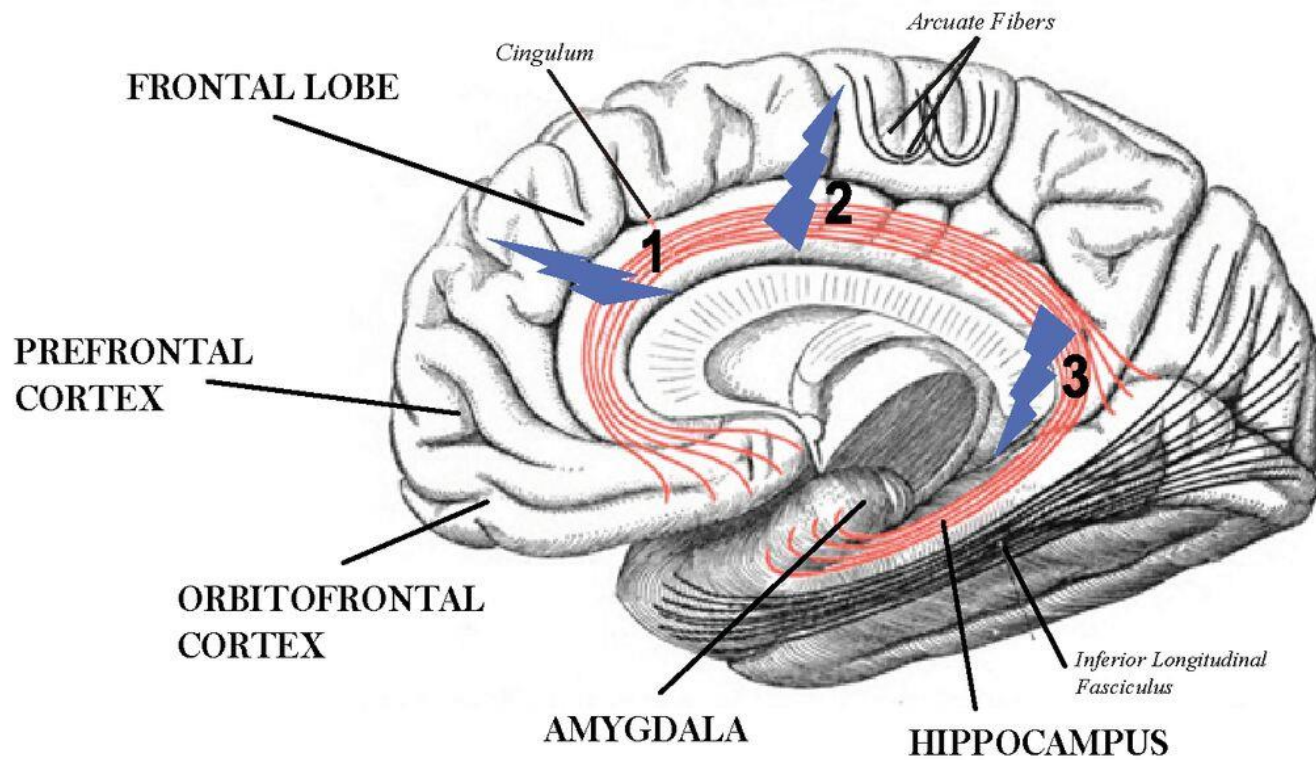
Luis de Rivera. Psicoterapias y Psicoterapeutas. Psiquis 1982 – 3:112-114

JLG de Rivera

# EMOCIÓN, SENTIMIENTO Y AFECTO



# THE PATHWAY OF FEELINGS AND ITS BLOCKINGS



1. Blockage of feelings diverts activation to frontal lobe
2. Blockage of feelings diverts activation to motor areas
3. Blockage of feelings diverts activation to hypothalamus

# AFECTOS BASICOS



Tomado de Dahl,H en Ego defenses . Conte y Plutchick (1995)

# EMPATIA OBJETIVA

- EMPATIA

- Ponerse en lugar del otro
- Reproduccion interna del mundo de otro
- Sentir sentimientos ajenos

- ECPATIA

- Ponerse en el propio lugar
- Separar mundos internos
- Diferenciar Sentimientos propios y ajenos

Luis de Rivera. Empatía y Ecpatía. Psiquis 2004; 25:243-245

# ERRORES EMPÁTICOS

- **CONTAGIO vs CONCORDANCIA**
- **ABDUCCIÓN EMOCIONAL**
  - Psicópatas
  - Personas tóxicas
  - Identificación proyectiva
- **SIMPATIA vs EMPATIA TERAPÉUTICA**
  - “Te acompaño en el sentimiento” vs
  - Contener y modular el sentimiento ajeno

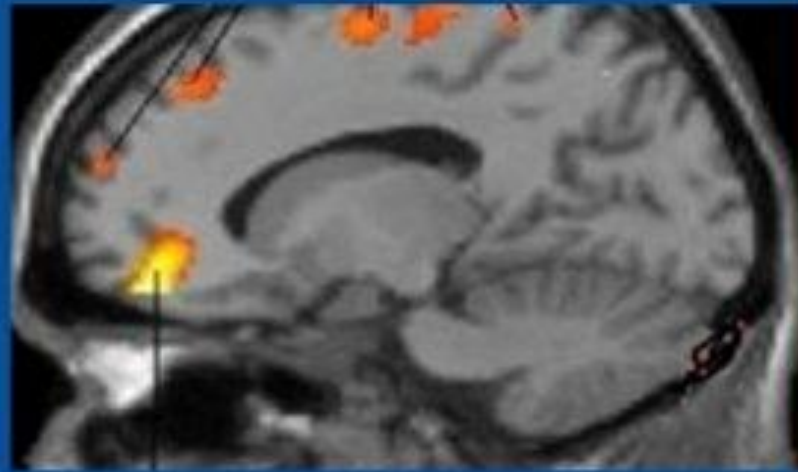


- *Empatía terapéutica es compartir el miedo del otro sin asustarse, su rabia sin enfadarse, su pena sin deprimirse*

# ¿Cómo se hace?

- ROLE PLAYING
- RELACIÓN MÉDICO – ENFERMO
- PACIENTES VIRTUALES
- NEURO-ENTRENAMIENTO

LUIS DE RIVERA



# Autogenics 3.0

The New Way to Mindfulness  
and Meditation

JLG de Rivera

# TENERIFE AUTOGENIC BRAIN SCAN PROJECT

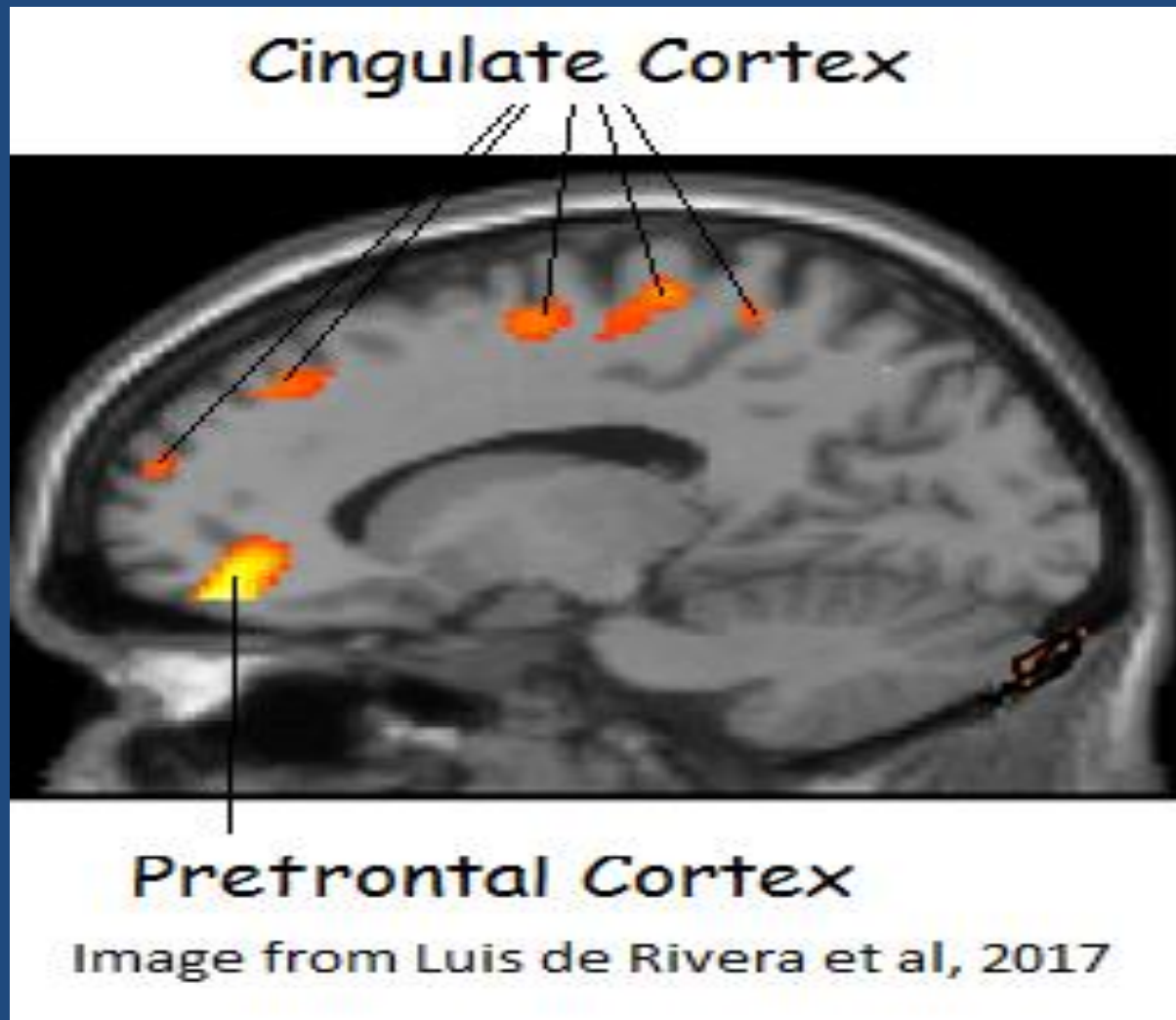


JLG de Rivera

# UNA HORA MEDITANDO AHÍ DENTRO

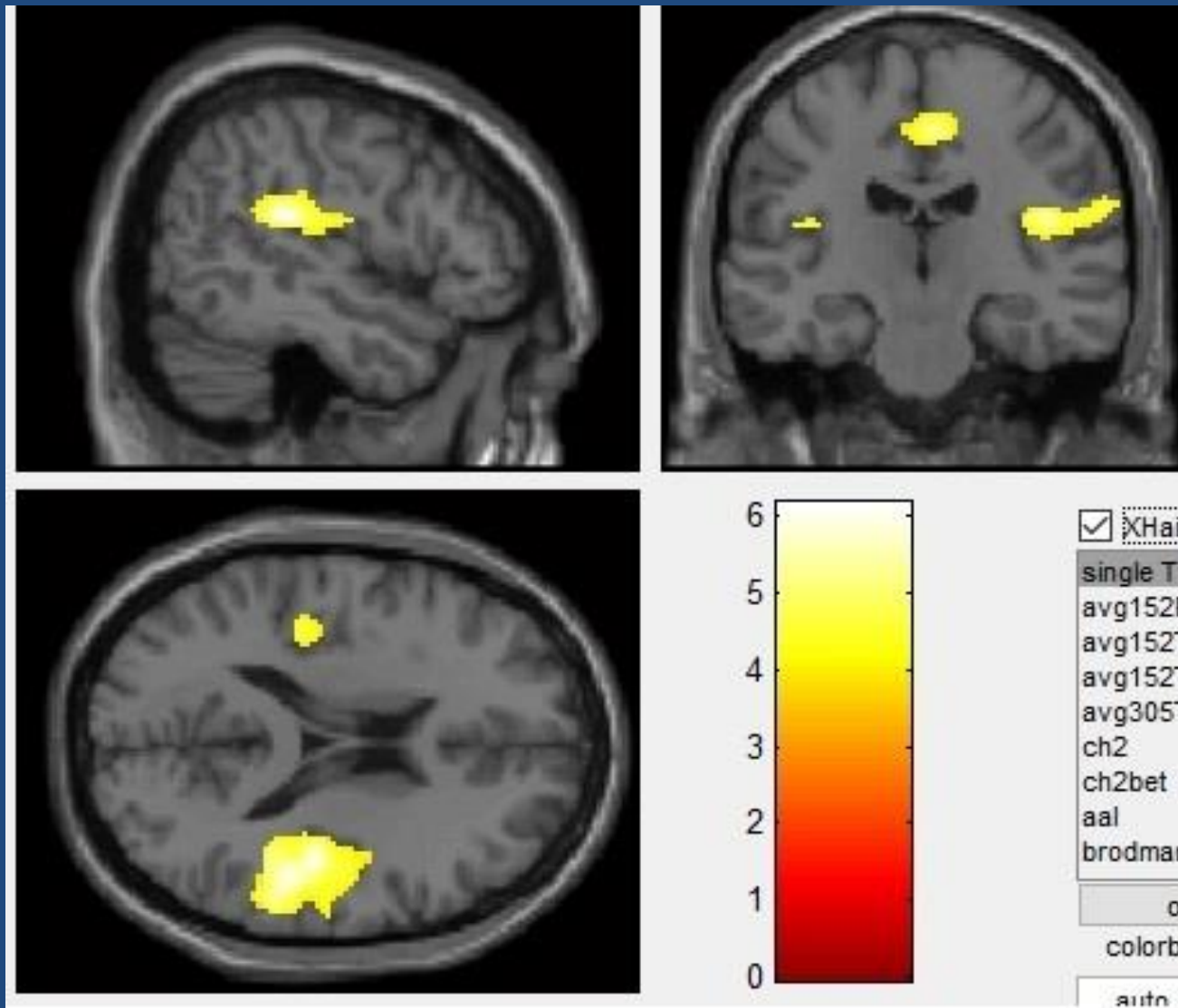


# PFC-ACC ACTIVATION BY AUTOGENICS





# INSULA ACTIVATION BY AUTOGENICS



# AUTOGENIC SWITCHES

- 1st.      Stress → Relax      one day
  - Neurovegetative
- 2nd.      Creativity      six months
  - Interhemispheric
- 3rd.      Empathy      one year
  - Insula, ACC, vPFC