

Quando el cuerpo recuerda lo que la mente olvidó:
Descubriendo los patrones implícitos que dan forma a la experiencia
Fundamentos de la Psicoterapia *Sensoriomotriz*
Curso en vídeo

Esther Pérez, MA, LMFT

Curso en vídeo
Horas de DPC: 3 horas



Idioma: Español

El acceso en línea al vídeo estará disponible durante 1 año o 3 años a partir de la fecha en que recibas el curso en vídeo, dependiendo del tipo de entrada.

"He procesado este trauma durante años. Entiendo por qué reacciono así. Pero en el momento en que alguien alza la voz, mi cuerpo colapsa—se me aprieta el pecho, se me cierra la garganta, y vuelvo a tener ocho años, congelada en la cocina de mi infancia. ¿Por qué mi cuerpo no cree lo que mi mente ya sabe?"

Todos los terapeutas del trauma reconocen esta brecha—el espacio entre lo que los clientes comprenden y lo que sus cuerpos todavía recuerdan. Un cliente puede articular su historia, analizar sus patrones, incluso predecir sus detonantes. Sin embargo, su cuerpo continúa organizando la experiencia a través de vías procedimentales moldeadas por años de supervivencia—vías que operan completamente fuera de la conciencia.

Sofía se sienta frente a ti, sus hombros hacia adelante, su respiración superficial y alta en el pecho. Está describiendo una conversación difícil con su pareja, pero sus palabras son cuidadosas, casi clínicas.

"Sé que debería haber sentido rabia," dice, "pero simplemente... me quedé entumecida. Como si no estuviera ahí."

Su cuerpo está contando una historia a la que sus palabras no pueden acceder.

¿Cómo trabajamos con lo que el cuerpo ha aprendido—cuando el aprendizaje ocurrió antes del lenguaje, antes de la memoria, antes de la capacidad de pensar "esto es trauma"?



Por qué este curso en vídeo importa ahora

La Psicoterapia Sensoriomotriz ofrece algo fundamentalmente diferente de los enfoques que dependen de la reconstrucción narrativa o la reestructuración cognitiva. Trabaja directamente con la organización de la experiencia misma—los patrones implícitos y procedimentales a través de los cuales una persona convierte los acontecimientos vitales en hábitos de pensamiento, sentimiento y acción.

Esto no se trata de añadir técnicas somáticas a la práctica existente. Se trata de comprender cómo se organiza la experiencia a nivel procedimental—y cómo trabajar con estos patrones implícitos crea un cambio que el insight por sí solo no puede alcanzar.

Este curso en vídeo introduce tres principios fundamentales que distinguen la Psicoterapia Sensoriomotriz de otros enfoques del trauma. Lo ofrecemos como parte del lanzamiento de la programación en español de nscience Academy—trayendo la misma profundidad clínica y sofisticación que nuestra comunidad global ha llegado a esperar, ahora accesible para terapeutas de habla hispana en todo el mundo.

Los Tres Fundamentos

1. La Organización de la Experiencia: Más Allá del Análisis hacia el Cambio Procedimental

Antes de que el pensamiento consciente pueda intervenir, el cuerpo sigue reglas procedimentales aprendidas hace mucho tiempo: el conflicto equivale a peligro; el entumecimiento equivale a supervivencia.

La organización de la experiencia se refiere a los procesos habituales cognitivos, emocionales y somáticos a través de los cuales transformamos los acontecimientos vitales en patrones duraderos de respuesta. Estos no son elecciones que hacemos—son patrones implícitos codificados en la memoria procedimental, moldeando nuestra experiencia antes de que se vuelva consciente.

La terapia tradicional podría explorar los orígenes de estos patrones o desafiar pensamientos distorsionados. Pero la organización procedimental no responde al análisis o la interpretación—solo cambia mediante la observación consciente y directa de cómo se despliega la experiencia en el momento presente. El cambio terapéutico no ocurre al comprender estos patrones, sino al descubrirlos y modificarlos a medida que surgen—en el cuerpo, en tiempo real.

2. Organicidad y la Sabiduría del Cuerpo: Una Mirada No Patologizante

Ese entumecimiento que Sofía experimenta no es una disfunción—es evidencia del intento creativo de su sistema de preservar la seguridad. Su regla procedimental—cuando surge conflicto, ciérrate—una vez le sirvió brillantemente. Mantuvo segura a una niña de ocho años en un entorno donde la expresión emocional era peligrosa.

El principio de organicidad nos invita a confiar en la tendencia innata del sistema vivo hacia la autorregulación, la coherencia y la sanación. Desde esta perspectiva no patologizante, los síntomas no son fracasos—son la sabiduría del cuerpo mostrándonos lo que aprendió a hacer para sobrevivir.

La tarea del terapeuta cambia profundamente: en lugar de arreglar lo que está roto, creamos las condiciones para que la sabiduría del cuerpo emerja y guíe la reorganización. No imponemos cambio desde afuera—facilitamos la capacidad orgánica del sistema de descubrir que lo que una vez protegió ahora puede evolucionar.

El cuerpo ya sabe cómo sanar. Nuestro papel es aprender a escuchar.



3. Conciencia Plena Relacional Incorporada: La Metodología del Cambio

¿Cómo trabajamos con patrones procedimentales que existen fuera de la conciencia?

La Conciencia Plena Relacional Incorporada (Embedded Relational Mindfulness, ERM) es la metodología central de la Psicoterapia Sensoriomotriz. A diferencia de la meditación tradicional o la terapia de conversación, esta atención plena está tejida en la relación terapéutica misma. No es una práctica solitaria ni un ejercicio adicional—surge en el espacio compartido entre terapeuta y cliente, orientada hacia las señales somáticas, emocionales y cognitivas que emergen en el aquí y ahora.

Cuando Sofía dice, “simplemente me quedé entumecida,” la ERM invita a una curiosidad compartida:
¿Dónde en tu cuerpo notas el entumecimiento?
¿Cómo lo notas; se siente frío, denso, pesado, acorchado?
Si esa sensación de entumecimiento tuviera palabras, ¿cuáles serían?

A través de esta atención colaborativa, cuidadosamente sintonizada, los patrones implícitos se vuelven visibles. Lo que una vez fue automático entra en la conciencia—no para ser analizado, sino para ser explorado, comprendido y gradualmente reorganizado.

Así es como accedemos y transformamos lo que el cuerpo recuerda pero la mente olvidó.

Lo que descubrirás en este curso en vídeo

A través de exploración conceptual, ejemplos clínicos y práctica experiencial breve, Esther Perez te guiará a través de:

- **Comprender cómo se organiza la experiencia**
Aprende cómo los hábitos cognitivos, emocionales y somáticos convierten los acontecimientos vitales en patrones procedimentales—y por qué el cambio real requiere trabajar con estas estructuras implícitas en lugar de analizarlas.
- **Trabajar con la sabiduría innata del cuerpo**
Cambia de patologizar síntomas a reconocerlos como intentos adaptativos de autopreservación. Experimenta cómo este reencuadre transforma no solo tus intervenciones sino tu postura terapéutica misma.
- **Practicar la Conciencia Plena Relacional Incorporada**
Observa cómo esta atención plena difiere de la meditación o el diálogo. A través de demostración y ejercicios breves, observa cómo la ERM trae los patrones implícitos a la conciencia en tiempo real.
- **Integrar los tres principios en la práctica**
Descubre cómo la organización de la experiencia, la organicidad y la conciencia plena relacional incorporada se combinan para fomentar coherencia, conexión y autorregulación—el terreno sobre el cual ocurre la sanación.

¿Quién Debería Asistir?

Terapeutas formados en enfoques cognitivos o psicodinámicos que quieren trabajar bajo la narrativa y el insight, comprometiéndose directamente con los fundamentos procedimentales de la emoción y el pensamiento.

Practicantes de EMDR y enfoques basados en partes que buscan una comprensión más profunda de cómo los patrones somáticos organizan la experiencia y cómo trabajar con la memoria procedimental mejora las modalidades existentes.



Terapeutas somáticos y orientados al cuerpo que quieren un lenguaje y estructura más claros para el trabajo intuitivo que ya hacen—rastrear, sintonizar y facilitar la reorganización de patrones implícitos.

Especialistas en trauma que tratan TEPT complejo y disociación que reconocen que los clientes a menudo comprenden su trauma pero permanecen atrapados en respuestas procedimentales.

Todos los clínicos que desean pasar de analizar síntomas a colaborar con la sabiduría del cuerpo, de imponer cambio a facilitar reorganización orgánica.

Sobre la Presentadora

Esther Pérez, MA, LMFT, es psicoterapeuta y formadora del Instituto de Psicoterapia Sensorimotriz (Sensorimotor Psychotherapy Institute) en Estados Unidos. Además, colabora en la difusión de la Psicoterapia Sensorimotriz en América Latina. Con una amplia trayectoria en el trabajo con trauma y apego, combina la teoría psicodinámica, la neurobiología interpersonal y la atención plena corporal para ayudar a los clientes a reconectarse con su experiencia interna y restaurar el sentido de seguridad en el cuerpo. Su estilo docente se caracteriza por la claridad, la profundidad y una sensibilidad especial hacia los procesos somáticos y relacionales que emergen tanto en la terapia como en la formación clínica.

La Invitación

Cuando los clientes dicen, “Entiendo por qué reacciono así, pero no puedo parar,” están describiendo la brecha entre el conocimiento explícito y la organización procedimental. Cuando dicen, “Mi cuerpo no cree lo que mi mente sabe,” están señalando patrones codificados bajo la conciencia.

Este curso en vídeo te invita a trabajar directamente con esa brecha—no forzando al cuerpo a cumplir con el insight, sino creando condiciones para que su propia sabiduría emerja y guíe la transformación.

Los tres principios que explorarás—la organización de la experiencia, la organicidad y la sabiduría del cuerpo, y la conciencia plena relacional incorporada—son más que constructos teóricos. Ofrecen una forma de ver la terapia que confía en la capacidad innata del cuerpo para la coherencia, incluso cuando está oculta bajo años de adaptación.

El cuerpo de Sofía no está roto. Está brillantemente organizado alrededor de reglas que una vez la mantuvieron segura. La pregunta no es cómo arreglar su entumecimiento—es cómo ayudar a su sistema a descubrir que nuevas formas de ser ahora son posibles.

Esto es lo que se hace posible cuando permitimos que la sabiduría del cuerpo guíe el camino.

© nscience 2025 / 26

There is no known commercial support for this program.

For more information on how to access webinar joining links, handouts and video recordings please visit <https://www.nscience.uk/faqs/>

Questions and requests for information: cpd@nscience.world

If you have a disability, please contact us in advance of the course so we can accommodate your needs:

cpd@nscience.world

UK/Europe: +44(0)2070961722



nscience

world class training for therapists

