

**su
ma
rio**

EN PORTADA CENTRO DE PSICOLOGÍA INTEGRAL
IDEAS FUERZA CALDERAS HÍBRIDAS // POLOS DE INNOVACIÓN
INNQUIETOS CARLOS FDEZ. ISOIRD
NO TE LO PUEDES PERDER FERIA DE JÓVENES EMPRENDEDORES
EL REVÉS ENTREVISTA

02



Ideas fuerza

Las calderas híbridas revolucionan el sector.

03

Ideas Fuerza

Tres jóvenes guipuzcoanos han creado en apenas unos años dos empresas diferentes y novedosas: Trouist y Breaking Molds.

Gipuzkoa Activa

Una ventana abierta al mundo empresarial.

IDEAS FUERZA I

CENTRO DE PSICOLOGÍA INTEGRAL BUSCANDO EL PROPIO ENTENDIMIENTO

LA PSICOTERAPIA, LA FORMACIÓN EN PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA Y LOS GRUPOS DE CRECIMIENTO PERSONAL Y COACHING SON LOS PILARES SOBRE LOS QUE SE ERIGE LA OFERTA DEL CENTRO INTEGRAL DE PSICOLOGÍA - PNL, PIONERO EN EUSKADI EN LA APLICACIÓN DE ESTAS TÉCNICAS.

Desde hace 20 años el Centro de Psicología Integral (CPI), creado por el psicólogo Txema Ibrain, ofrece diversos servicios dirigidos a estudiar la Programación Neurolingüística, mejorar la autoestima, potenciar el crecimiento personal y solucionar los problemas que llevan a sus clientes a este centro, ubicado en el barrio donostiarra de Gros.

En el apartado de psicoterapia, CPI trabaja tanto terapias individuales, como de pareja o sistémicas. Según apunta Ibrain, trabajan, sobre todo, crisis existenciales motivadas por temas relacionales: separaciones, enfrentamientos... a lo que hay que sumar a quienes se acercan para poner fin a su depresión o ansiedad. En este punto, Ibrain señala que últimamente ha detectado en su consulta, a un nivel más profundo, "un cansancio y desánimo existencial" que achaca a los cambios a los que nos enfrentamos en la actualidad, los cuales "distorsionan nuestros mapas de valores".

Este centro ofrece, asimismo, desde hace 18 años formación a personas y profesionales en psicología neurolingüística (PNL), una disciplina con un enfoque vanguardista de la psicología aplicada a la comunicación, el desarrollo de la autoestima, facilitar los cambios y que hace hincapié en las relaciones personales con el objetivo de lograr la excelencia personal.

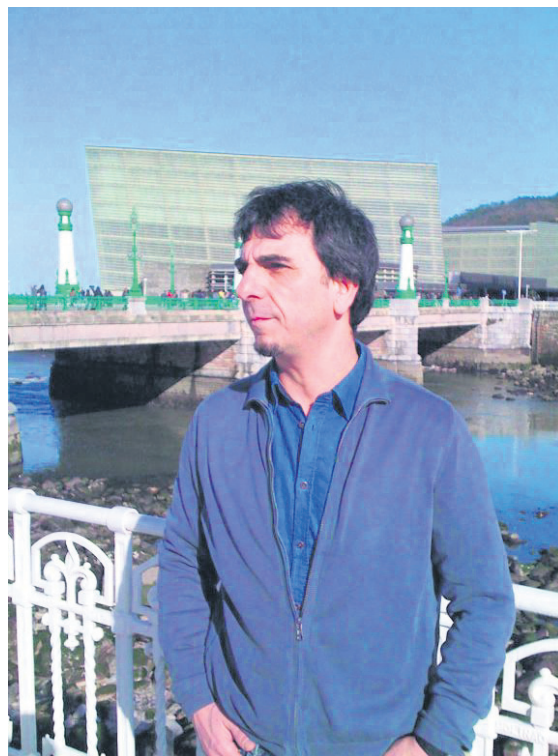
"La PNL enseña cómo funciona nuestra mente a un nivel operativo, cuál es nuestro mapa vital y qué patrones nos dirigen, a veces de forma inconsciente. Nos ayuda a detectar nuestro sistema de valores, de creencias, a ver nuestros limitantes y a transformarlos en nuevas creencias potenciadoras", explica este profesional.



Esta disciplina hace hincapié en cómo nos hablamos a nosotros mismos y cómo lo hacemos con los demás, resaltando el poder de las palabras y cómo mediante ellas se crean nuestros sentimientos, realidades y nuestro lenguaje no verbal. El objetivo final es lograr un mayor conocimiento de uno mismo y poder "desprogramarse" de esas rutinas adoptadas con el paso del tiempo de las que no somos conscientes. Para ello se utilizan distintas técnicas para centrarse o bien en el lenguaje, y conseguir que éste se utilice de una manera saludable y ecológica (es decir, consiguiendo que tenga un impacto positivo tanto en uno mismo como en el exterior), o bien obtener un cambio de

creencias para dar coherencia interna entre lo que "pienso, siento, digo y hago". En resumen, la PNL es "la ciencia y el arte de la excelencia personal y de la comunicación humana eficaz y de calidad", asegura Ibrain al tiempo que apunta que está reconocido por la Consejería de Educación del Gobierno Vasco.

El tercer ámbito de actuación son los grupos de crecimiento personal y el área de formación e intervención al coaching. En este sentido, este centro realiza dos tipos de trabajos, por un lado, busca desarrollar el potencial humano mediante "grupos de encuentro vivenciales que se basan en el intercambio de experiencias y rea-



lizan un trabajo encaminado al autoconocimiento transformativo y personal". Para ello llevan a cabo una metodología activa que consigue una apertura sensorial y de la conciencia.

Por otro lado, este centro utiliza lo que se denomina eneagrama, un diagnóstico sobre el carácter y las defensas de la persona, para que ésta se libere de tensiones, bloqueos, estrés y otras problemáticas de la vida cotidiana.

Ya sea para estudiar la programación neurolingüística, ahondar en el propio desarrollo personal, avanzar en un problema que nos dificulta la existencia o por encontrarse en un momento de crisis de cualquier tipo, el Centro de Psico-

logía Integral ofrece su ayuda para que en un plazo de entre seis o un año encuentres respuestas, aunque "dependerá del asunto concreto a tratar y de que si se desea profundizar o enriquecer la exploración y los resultados habrá que hacer un tratamiento mayor".

MÁS INFORMACIÓN:

Centro de Psicología Integral - Instituto de PNL Integrativa de San Sebastián
 > Tlf: 943 29 16 61 / 659 80 84 76
 > Mail: psicologiapi@gmail.com
 > Web: www.psicologiapi.com