



Eva Campos-Formoso

Mi vida profesional empezó en el campo de la odontología, formándome como higienista dental, actividad que ejercí en diferentes clínicas, combinándola por algunos años con mi trabajo como psicoterapeuta.

A finales de los 90 me traslado a Londres, donde viví durante 17 años. Allí comencé una búsqueda interna y espiritual que me llevó a estudiar Counselling & Psychotherapy. Actualmente soy miembro Senior del BACP (British Association of Counselling & Psychotherapy).



Además de mis cualificaciones como psicoterapeuta, valoro altamente mi propia experiencia como cliente; esto significa que conozco las esperanzas, temores y ansiedades que puedes experimentar al comenzar la terapia. Mi curiosidad, nunca saciable, por conocerme y por entender el mundo interno del Ser Humano, me llevó a explorar distintas escuelas terapéuticas, así como terapias complementarias: Reiki, Mindfulness y Desarrollo Personal.

Mi experiencia en terapia me ayudo, no sólo a mejorar emocionalmente, sino también en mi bienestar físico, mental y espiritual. Pues, no puedes cuidar a nadie si no te cuidas a ti mismo.

Experimentar y ver la terapia desde la silla del cliente, enfrentarme a las sesiones, derrumbar mis defensas, mirar mi sombra... ha contribuido a la empatía con el cliente, mejorado mi capacidad para identificar la resistencia a la terapia, las ganas de dejarla cuando duele lo que estamos explorando, la sensación de bloqueo en algunas sesiones, la impaciencia, el cuestionarse para qué...

Pienso que no es necesario sufrir un trastorno para acudir a un terapeuta, sino ser consciente de tu estado de bienestar emocional, y querer disfrutar de una vida plena y satisfactoria. Tengo la profunda convicción de que todos los seres humanos compartimos la misma esencia: el amor del que venimos y que somos, y un inmenso potencial de crecimiento.

Cualificaciones

Formación en Constelaciones Familiares Nivel I y Nivel II: Empiezo a incluir los conocimientos de las Constelaciones Familiares en mi trabajo tras completar el curso de Constelaciones Familiares para Terapeutas, con Svagito Liebermeister y Vedanta Suravi. Un método poderoso que fue desarrollado inicialmente por el terapeuta alemán Bert Hellinger.

Las Constelaciones Familiares nos ayudan a reconocer los enredos difíciles, tanto en nuestra familia de origen, como en la familia o relación actual, y percibimos las dinámicas e implicaciones que entorpecen el fluir y bienestar de los miembros de las mismas. Vemos, por ejemplo, como cargamos con los traumas de los demás, entendemos los patrones negativos, las lealtades a la familia y comprendemos los problemas desde su raíz.

Diplomada en Supervisión Clínica: (Clinical Supervision & Consultancy NAOS Institute London 2013). ¿Quién necesita supervisión?. Los organismos profesionales en el Reino Unido, como la BACP -Asociación Británica de Asesoramiento y Psicoterapia-, requieren supervisión a sus colegiados, independientemente de su experiencia, se considera un imperativo ético.

Implica trabajo clínico dirigido a terapeutas, psicólogos y trabajadores sociales; un lugar de revisión y apoyo, con el objetivo de mejorar su trabajo con los clientes y apoyar al supervisado.

Diplomada en Counselling & Psychotherapy: (CPCAB London 2005/2009). A muchas personas les resulta útil y poderoso buscar el apoyo terapéutico en algún momento de sus vidas, descubriendo herramientas que nos abren el camino a la evolución y transformación personal, conectándonos con aspectos de nosotros mismos que hasta entonces desconocíamos.

Reiki Level I & Level II (Usui & Holy Fire): (Reiki Maya – Miguel Chavez Reiki Master & Teacher). Es un sistema holístico para equilibrar, sanar y armonizar todos los aspectos de la persona: cuerpo, mente, emociones y espíritu. Es una terapia complementaria, suave pero poderosa, que puede usarse junto con la atención médica ortodoxa. Como tal, amplía las opciones de tratamiento.

Experiencia y voluntariado en diversas organizaciones:

Place2Be ONG. Proporciona apoyo en los colegios para mejorar el bienestar emocional de los alumnos, familias, profesores y personal escolar.

MIND ONG. Organización que trabaja para promover la salud mental, empoderando a las personas para llevar una vida plena.

Hospital St. Thomas NHS. Posición Honoraria en los Servicios Comunitarios de Salud Mental.

Waterloo Community Counselling. Departamento Multiétnico. Servicio que ofrece terapia gratuita, en su propio idioma, para los refugiados y solicitantes de asilo que viven en Londres.

Cruse Bereavement Care. Apoyo emocional durante el duelo, supervisando los psicoterapeutas voluntarios.

He trabajado en el Servicio Terapéutico del Colegio de Arte en el Campus de Kensington, ofreciendo terapia a sus estudiantes; en la University of Roehampton, como terapeuta de los estudiantes y supervisora de los voluntarios, y en mi clínica privada en Battersea, al sur de Londres. Casi, sin darme cuenta, llevo 12 años viendo clientes: miles de horas acumuladas, historias y recuerdos, testigo de los cambios que se producían, con mucha supervisión y un aprendizaje continuo.

