



TIC esta Técnica se está aplicando para el tratamiento de la ansiedad, así como trastornos emocionales, manejo del estrés, y problemas de aprendizaje en niños y adultos.

La Técnica de Integración Cerebral o Terapia (TIC) se basa en la premisa:

“Cualquier desajuste emocional requiere que los dos hemisferios cerebrales actúen de manera conjunta con el propósito de resolver los conflictos existentes, de los cuales el paciente normalmente no es consciente”.

Nuestro cerebro se encarga de procesar datos, sin embargo, cada dato va cargado de sentimientos, sensaciones y creencias. Es un hecho que nuestro estado de ánimo influye en la manera en que guardamos recuerdos e influye, también, en los recuerdos que evocamos.

Por lo tanto, cuando estamos de mal humor, tendemos a recordar detalles más negativos, de igual manera, cuando nos sentimos felices, nuestros recuerdos tienden a ser positivos. Se llama “memoria congruente con el ánimo”.

Parte de este tratamiento implica asegurar que ambos lados del cerebro sean capaces de procesar información de forma simultánea a través del cuerpo calloso que los une. Dado que ambos lados del cerebro son muy diferentes y procesan la información de manera diferente:

El izquierdo se especializa en el lenguaje, las matemáticas y la lógica, mientras que el derecho se enfoca más en lo sentimental y artístico, estas técnicas incluyen procedimientos novedosos entremezclados con procedimientos alternativos.

En el proceso, el paciente y el terapeuta buscan la raíz de un temor o conflicto en el paciente que es lo que lo ha llevado a padecer ansiedad. La idea es que una vez que descubren esta raíz, el paciente utilizando ambos hemisferios cerebrales, mediante distintas técnicas para poder resolver el conflicto.

La TIC se basa en la teoría de que el paciente está desconectado de los orígenes de temor o malestar. Las respuestas de pánico, por ejemplo, son provocadas por reacciones profundas del cerebro a la experiencia presente.

En otras palabras, a medida que vivimos nuestras vidas de nuestros sentidos recogen información del entorno. Estos datos son procesados por el cerebro y todo lo considerado deriva en una respuesta emocional negativa.

**Con la Terapia de Integración Cerebral (TIC) conseguimos,**

1. Ayuda a generar una integración entre las diferencias de percepción entre los dos hemisferios cerebrales.
2. Permiten a la persona obtener distintas perspectivas, motivando a que contemple las posibilidades con ambos hemisferios.
3. Por sus características, TIC alivia el estrés ya que afecta la aptitud, la resistencia y el rendimiento.
4. En psicología se presta mucha atención a la manera en que eventos del pasado nos afectan. En ese sentido es positivo que las técnicas de integración cerebral presten atención a pasado, presente y futuro.

Las TIC se concentran en buscar y solucionar la raíz del problema de ansiedad, desde las profundidades de nuestro cerebro. Es muy agradable saber que siempre se están desarrollando enfoques novedosos para tratar la ansiedad. Este tratamiento en particular, tiene la ventaja de que, al igual que la terapia cognitivo conductual, tiene un límite de tiempo, no se requieren muchas sesiones para ver resultados. Por lo general toma alrededor de 10 a 12 horas y se puede realizar tanto en niños como en adultos.