

## **El Proceso de Hoffman: Directrices para Profesionales**

El Proceso Hoffman de Cuadrinidad es una experiencia de transformación y de crecimiento personal que se desarrolla en siete días en régimen residencial. Se ha ido creando y refinando a lo largo de un periodo de 45 años y ha demostrado notables efectos terapéuticos positivos para sus estudiantes. Muchos terapeutas han encontrado que el Proceso Hoffman de Cuadrinidad (PHC) es un complemento eficaz al trabajo terapéutico con sus clientes.

El Proceso considera a la persona en su totalidad espiritual, emocional, intelectual y física para llegar a la curación y a un crecimiento espiritual. Está basado en el reconocimiento, ampliamente aceptado hoy día, de que los comportamientos negativos persistentes, los estados de ánimo y las actitudes de la edad adulta tienen sus raíces en experiencias y condicionamientos infantiles. Mientras este condicionamiento no sea entendido y resuelto, seguirá minando nuestra vida y actividades adultas. El Proceso de Cuadrinidad ha sido diseñado para curar y transformar estos patrones negativos contraproducentes, para traer armonía, equilibrio e integración a las cuatro dimensiones fundamentales de nuestro ser: cuerpo, emociones, intelecto, y espíritu. El centro de gravedad de la persona cambia de una personalidad basada en el miedo o la cólera hacia un yo integral basado en la comprensión y el amor.

El PHC usa una combinación original de técnicas ya probadas en otras técnicas terapéuticas, que incluyen el autoanálisis, la visualización dirigida, el trabajo catártico y la relación con el grupo. Durante los siete días del proceso, los estudiantes son conducidos cuidadosamente por una secuencia estructurada de poderosas experiencias que les permiten descubrir, aislar y resolver los condicionamientos negativos y recuperar la natural seguridad en sí mismos y el amor hacia sí mismos. Los estudiantes también experimentan la apertura a la espiritualidad.

El PHC tiene lugar en un ambiente seguro y de apoyo con instructores que poseen la habilidad de guiar a los estudiantes a través de las distintas etapas del trabajo: en primer lugar, la conciencia del dolor, el resentimiento y la ira, y después un entendimiento más profundo de uno mismo y los demás, la compasión y el perdón. A pesar de que se conduce en un escenario de grupo, se trata de un viaje interior fundamentalmente individual, que se acelera y apoya en la energía grupal.

Los estudiantes experimentan un crecimiento personal activado por el aprendizaje de los otros del grupo puesto que se ven expuestos a la universalidad de la experiencia humana. Ser testigos de experiencias de otras personas les sirve para saber más de sus propias proyecciones y transferencias.

## **Beneficios y Resultados**

A continuación se citan algunos de los beneficios resultado del Proceso de Cuadrinidad:

- El efecto más notable es la sanación de la relación con los padres interiorizados de la infancia, lo cual tiene como consecuencia una mayor paz interior y una mejoría en la relación con los padres reales. Relaciones enquistadas en el resentimiento o la frialdad pasan a ser después del proceso relaciones de amor y comprensión de un modo que el alumno no podía llegar a imaginar.
- Las relaciones personales, de pareja, familiares o de trabajo, experimentan también una armonización clara, producto de una mayor conciencia de los patrones de conducta negativos que se activan en ellas y su alivio por la sanación de la infancia.
- Los estudiantes adquieren una comprensión de las causas de esos patrones en la infancia y se percatan de distintas alternativas de comportamiento que ensayan ya en el curso.
- Experimentan y entienden las causas subyacentes de emociones dominantes como la ira, la depresión o la apatía y experimentan una disminución sustancial de las mismas.
- Desarrollan una mayor capacidad de confiar en sí mismos y en los demás realmente y se vuelven más generosos y empáticos.
- Los estudiantes que se han sentido “bloqueados” en la vida desarrollan una mayor capacidad para funcionar creativamente en el trabajo y vivir con un mayor sentido de responsabilidad personal.
- También experimentan el vínculo con su esencia más profunda y la dimensión espiritual de la existencia.

El resultado general de la experiencia del Proceso de Cuadrinidad es la reducción de estrategias inadaptadas de afrontamiento del estrés, la cólera, la ansiedad, y la depresión, acompañadas por un aumento de la capacidad para experimentar alegría y amor.

El Proceso de Cuadrinidad puede ser beneficioso para parejas que están en terapia, aunque nosotros recomendamos que no asistan juntas al mismo Proceso especialmente si están en dificultades. Son personas que necesitan más conciencia de su patrones individuales en el contexto interpersonal y que precisan concentrarse en la propia infancia sin la interferencia de la relación de pareja.

## **Preguntas e Intereses**

Hemos resumido algunas de las preocupaciones más comunes y preguntas más frecuentes de psiquiatras, psicólogos, psicoterapeutas, terapeutas somáticos, consultores, coaches y otros profesionales de la salud que desean recomendar el

Proceso Hoffman de Cuadrinidad a sus clientes. Esta información se puede organizar en cuatro secciones:

- 1. Evaluación Pre-proceso y Recomendar el Proceso a Clientes**
- 2. Participación en el Proceso**
- 3. Seguimiento Post-Proceso y Continuación en Terapia**
- 4. Programas para los Graduados por el Instituto Hoffman**

## **1. Evaluación Pre-proceso y Recomendar al Proceso a Clientes**

Entendemos que el hecho de recomendar el Proceso Hoffman a un cliente, incluso cuando es totalmente compatible con los objetivos terapéuticos a largoplazo, es un paso significativo que requiere previsión, planificación cuidadosa y, a veces, consultar al Instituto Hoffman. Hemos recopilado esta guía de ayuda para considerar la adecuación del Proceso para su cliente.

A continuación se citarán algunos de los temas más frecuentes que pueden presentarse cuando un terapeuta recomienda el Proceso a clientes habituales.

### **¿Cómo el Proceso Hoffman puede apoyar el proceso de terapia y cuáles son los posibles beneficios terapéuticos para mis clientes?**

Los terapeutas cuyos clientes han participado en el Proceso han relatado mejoras en el proceso de curación. Además constatan que los clientes se hacen más conscientes de sí mismos y más capaces de ver el potencial de su terapia individual.

Los terapeutas aseguran que los clientes, tras volver del Proceso, tienen menos resistencias y defensas en la exploración de procesos conflictivos intrapsíquicos y relaciones de objeto (también adquieren mayor capacidad de trabajar las relaciones de transferencia). Los clientes a menudo experimentan mayor capacidad para beneficiarse del proceso de terapia. En general, las personas se sienten más maduras, seguras y competentes.

### **¿A qué tipo de clientes debería recomendarse?**

El PHC está indicado para personas que están buscando un cambio rápido y crecimiento personal en un contexto de grupo. También es adecuado para clientes que necesitan explorar los motivos de su resistencia al cambio.

La labor de identificar a alguien susceptible de hacer el proceso implica no sólo la valoración del terapeuta sobre los posibles beneficios del PHC en el cliente sino además que él o ella tengan un yo lo suficientemente sólido para realizar este trabajo. En este sentido no admitimos, como precisamos más adelante, a personas que su yo no es capaz de realizar la sutil "alquimia" interior que tiene lugar en el curso. Del mismo modo desaconsejamos su realización a las personas que están bajo los efectos de mucha medicación psíquica. La disminución de sus facultades intelectuales y emocionales que ocasiona, les impide realizarlo con total aprovechamiento.

Consideramos crucial que la persona, adecuadamente informada, se sienta deseosa de hacerlo. Nuestra experiencia nos muestra que la persona que toma la decisión de realizar el PHC está optando por dar un paso hacia su curación y crecimiento.

No se recomienda que las personas hagan el Proceso únicamente porque alguien considera que lo necesitan. El PHC está diseñado para personas que acuden porque creen que es 'adecuado' para ellos y que están dispuestas a hacer el compromiso individual deresponsabilizarse de su cambio personal.

Las personas que fueron adoptadas al nacer o en la temprana infancia, por lo general experimentan una profunda comprensión y liberación de los legados negativos de sus padres biológicos, así como de los adoptivos. Aquellos cuyos padres se divorciaron cuando eran niños, adquieren nuevas percepciones sobre temas como las relaciones de compromiso, intimidad y el hecho de ser padres.

### **¿Cuándo es adecuado recomendar el Proceso Hoffman de Cuadrinidad?**

Trabajamos en colaboración con terapeutas cuyos clientes se inscriben en el PHC durante distintas etapas del proceso terapéutico. La evaluación clínica e intuición del terapeuta son potentes indicadores de la disponibilidad del cliente.

La experiencia nos muestra que, una vez establecida la confianza entre terapeuta y cliente, existen algunas consideraciones que indican si el PHC es adecuado:

- El cliente refiere conflictos constantes con sus padres.
- El cliente tiene dificultades con la vivencia y expresión de las emociones. En el Proceso se beneficiaría del entorno de un grupo seguro y cerrado para realizar un trabajo eminentemente vivencial.
- El cliente es consciente de una cólera profundamente instalada y que le domina.
- El cliente es consciente de su dolor, pero tiene resistencias a cambiar.
- El cliente habla de patrones de comportamiento, pensamientos y sentimientos autodestructivos.
- El cliente está interesado en descubrir el efecto de las huellas provenientes de la familia de origen en sus relaciones actuales.
- El cliente está en busca de la espiritualidad o quiere profundizar en la dimensión espiritual como un aspecto del proceso terapéutico.
- El cliente se cuestiona el propósito de su vida; desea estar más en contacto con su intuición; y está en busca de una dirección o un sentido.
- El cliente está en un callejón sin salida donde la terapia, la profesión o las relaciones dejan de inspirarle.

### **¿Qué tipo de clientes deberían ser evaluados con atención antes de recomendarles el Proceso?**

A continuación se enumeran algunas cuestiones que requieren un examen cuidadoso. No son necesariamente razones para excluir a su cliente de participar en el Proceso, pero debemos trabajar en colaboración y de manera responsable, para garantizar que el Proceso en realidad va a ser una ayuda.

Personas con las circunstancias o el historial siguientes requieren una cuidadosa evaluación conjunta:

- Reciente intento de suicidio
- Psicosis o crisis psicóticas en el pasado
- Historia de estados disociados
- Depresión mayor
- Trastorno Bipolar grave (Maniaco-depresivo)
- Trastorno severo del sueño
- Adicciones actuales en activo
- Trastorno serio de alimentación
- Trastornos de pensamiento
- Trastorno de conversión
- Criminalidad violenta
- Situación grave de estrés postraumático
- Trastorno borderline de personalidad

Personas dentro de los 12 meses de recuperación de estas afecciones.

En algunas ocasiones, hemos visto personas que en su historial padecían de alguno de los trastornos citados, han podido beneficiarse del PHC. Sin embargo, cada una de estas personas requiere una evaluación conjunta, fijar expectativas realistas, una cuidadosa preparación y supervisión. Por ejemplo, una persona diagnosticada con un trastorno bipolar, cuyos síntomas están controlados por la medicación, probablemente mejorará más en la depresión que en la manía. Por otra parte, no resulta recomendable realizar el PHC si una persona padece una depresión mayor y en la actualidad no es capaz de funcionar a un nivel que le permitiría completar la tarea pre-proceso e implicarse activamente en el trabajo del PHC. Resulta diagnósticamente inadecuado que haga el Proceso una persona que no es capaz de completar el trabajo de pre-proceso.

A menudo, acontecimientos en la vida del cliente suscitan un sentido de urgencia. Los cambios de vida y transiciones pueden ser motivaciones poderosas para el cambio, y es muy común que estos sean motivos para hacer el Proceso y prever resultados muy positivos. Por el contrario, a veces, personas en medio de una crisis son demasiado frágiles, o sus vidas están demasiado perturbadas para poder concentrarse en los ejercicios del Proceso.

El PHC es un programa de educación emocional profunda, que requiere un foco sostenido y esfuerzo. En cuanto al hecho de recomendar el PHC, puede ser importante evaluar el nivel de apoyo familiar y/o profesional al cual su cliente regresará una vez finalizado el PHC.

En el caso de que su cliente vaya a participar en el Proceso, puede resultar interesante que el Instituto sepa de usted, o para más adelante que usted sepa de nosotros para alguna información concreta sobre su cliente. Tal intercambio puede ser iniciado por usted, o por el Instituto. Para ello usted y su cliente deberían acordar mutuamente que esto ocurra si ambas partes lo consideran útil antes o después del Proceso. El Instituto proporciona los documentos pertinentes en el Acuerdo de Inscripción que se da a cada participante.

Una vez que el curso comienza, cada participante recibe una atención cuidadosa y cualificada a lo largo de la semana. En el caso poco probable de que un participante tenga dificultades y no pueda continuar el PHC, trabajaremos con usted para llevar a cabo una transición responsable.

#### **Medicación:**

Si su cliente utiliza:

- a) un antipsicótico (p. ej. Haloperidol, Melleril, Zypresa, etc.), Litio, le rogamos se ponga en contacto con el Instituto para discutir sobre la adecuación de este programa para su cliente;
- b) un anticonvulsivante (p. ej. Fenobarbital, Tegretol, etc.), requerimos que durante el proceso se tome la medicación como le ha sido prescrito.
- c) un antidepresivo (p. ej. Prozac, etc.), recomendamos que siga tomándolo durante el Proceso. Si es posible sería preferible reducir la dosis al máximo.
- d) un ansiolítico o hipnótico (p. ej. Valium, Loracepan, etc.), preferimos que no lo tome durante la semana del Proceso. Si usted cree que esto podría plantear un problema, por favor llámenos para considerar una excepción.

#### **Cómo recomendar el Proceso Hoffman de Cuadrinidad a un cliente:**

Nuestro personal está entrenado para proporcionar la ayuda necesaria para facilitar que su cliente entre en el trabajo del PHC. Además estaremos encantados de hablar con usted si lo desea antes de recomendárselo a un cliente. A menudo resulta provechoso hablar por adelantado.

Llame al 945-271733 o escriba a [info@institutohoffman.com](mailto:info@institutohoffman.com) para solicitar una entrevista. Su cliente también puede encontrar la información necesaria en nuestra página Web [www.institutohoffman.com](http://www.institutohoffman.com) Sabemos que, independientemente del poder de su recomendación, la gente hace el PHC en el momento que es apropiado para ellos.

## **2. Participación en el PHC: ¿Qué ocurre una vez que mi cliente se ha inscrito?**

Una vez que su cliente ha recibido la solicitud de inscripción, nuestro personal está disponible (por teléfono y correo electrónico) para cualquier pregunta o asunto que pueda surgir. Le proporcionaremos nuestro formulario estándar de Acuerdo de Médico/Terapeuta para facilitar su apoyo en caso de que su cliente vaya a asistir al Proceso.

Después de la inscripción, pero antes de la participación en el PHC, el foco de interés de sus sesiones es posible que gire entorno a la información concreta de la tarea pre-proceso. Dependiendo de los asuntos de su cliente, puede ser apropiado hablar del trabajo que está realizando.

Hacer conexiones entre las cuestiones terapéuticas que el cliente presenta y nuestra comprensión del Síndrome de Amor Negativo puede resultar un paso importante para la transición de su cliente del trabajo que ha hecho en terapia al PHC.

En general, no recomendamos ayudar directamente al cliente a rellenar la tarea pre-proceso. La finalización de la tarea correctamente es el criterio de evaluación que utilizamos para valorar la preparación de una persona para participar en el Proceso.

Los profesores del Hoffman también están disponibles para conversar de cualquier asunto de la participación de su cliente.

**Si no ha recomendado previamente el Proceso a sus clientes, por lo general se puede organizar la consulta a terapeutas que han tenido clientes participando en el Proceso. Puede llamar a nuestra oficina para la planificación de este contacto.**

## **Diseño y Estructura del PHC**

Una de las intenciones fundamentales del Proceso es la de aumentar la autoconfianza de los participantes. Creemos que liberarse de los patrones negativos aprendidos en la infancia facilita la confianza en la propia autoafirmación innata positiva. La aparición de pruebas de autoafirmación positivas serán una mayor seguridad en sí mismo, eficacia, responsabilidad personal, y una reducción de la dependencia y de la culpabilización de uno mismo y de los otros. Para darle a conocer o recordarle la estructura del PHC, hemos incluido un resumen diario de las actividades.

### **Resumen diario del PHC**

**Día 1, el viernes:** Presentación didáctica del Modelo de Cuadrinidad y del Síndrome de Amor Negativo; introducción a la visualización; entrevista en grupo pequeño con un profesor/a; experiencia introductoria de la Luz y del guía espiritual. Esta es una figura imaginaria creada por el alumno que le permitirá acceder a su sabiduría más profunda. También ejercicios que le facilitan ya la conexión entre sus conflictos actuales y la infancia.

**Día 2, el sábado:** Presentaciones; visualización dirigida; presentación didáctica de la rabia; escribir una carta de acusación a los aspectos negativos introyectados de la madre y, si es el caso, de la madre sustituta, de la infancia; sesión de descarga catártica de la ira y otras emociones prohibidas en la infancia, dirigidas al aspecto negativo de la madre de aquellos años.

**Día 3, el domingo:** Explicación del instrumento del Ascensor; comentarios sobre las Adicciones; discusión del modelo de relación de pareja y sexualidad; presentación de la importancia del Padre; escritura de una carta de acusación a los aspectos negativos introyectados del padre de la infancia y sesión de descarga catártica de las emociones reprimidas, dirigida al aspecto negativo del padre y padre sustituto, si es el caso, de la infancia.

**Día 4, el lunes:** Explicación y aprendizaje sobre la vergüenza; reconocer la Transferencia a los profesores; introducción a la Defensa de la Madre y del Padre; la visualización para comprender a los propios padres como niños y como adultos para aprender más sobre la manera en que los propios padres (una generación anterior) aprendieron el modelo de Amor Negativo, conocer la historia de sufrimiento de la infancia de los propios padres para poder así abrirse a la comprensión, el perdón emocional y la compasión hacia ellos.

**Día 5, el martes:** Consideraciones sobre la muerte como elemento que nos hace tomar conciencia sobre lo que es importante y accesorio en la vida para establecer preferencias y atender lo esencial. El grupo pequeño se reúne con un profesor; diálogo entre el aspecto Niño e Intelecto del alumno y la armonización de esas dos instancias psíquicas.

**Día 6, el miércoles:** Experiencia de la importancia de la venganza en nuestras vidas; Taller de Reciclaje, que es una técnica rápida para cambiar estados internos no deseados. Día del Niño: experiencia del niño interior. Sátira del Proceso por parte de los estudiantes.

**Día 7, el jueves:** Los estudiantes comunican reacciones de transferencia con otros estudiantes; la importancia de los pensamientos en nuestra visión de las relaciones. Dar y recibir apreciaciones. Cierre - Visualización de la Ceremonia de Integración.

**Día 8, Final el viernes:** Instrucciones de post-proceso; una discusión sobre cómo compartir la experiencia de estos días. Las Herramientas que pueden utilizar en su vida diaria para fortalecer el trabajo de la semana. Presentación sobre apoyo a los graduados. Ceremonia de graduación.

### **Fin de semana de post-proceso**

Recomendamos que los participantes pasen el fin de semana después del PHC en solitario, lejos de la vida de casa, amigos, o del trabajo. Es un tiempo de transición del apoyo de los Profesores y miembros del grupo y la vuelta a su vida diaria. Sin embargo, los estudiantes a menudo, se quedan en la misma casa con otros miembros del grupo y comen juntos aunque tengan sus espacios de soledad. Existen unas tareas durante este fin de semana que facilitan la integración personal del Proceso.

### **3. Seguimiento Post-proceso y Continuación de la Terapia**

Los estudiantes cuyo terapeuta ha realizado el PHC generalmente están deseosos de trabajar con las nuevas adquisiciones y herramientas, así como traer su nueva visión a la terapia. Muy a menudo, en el proceso Hoffman se alcanzan objetivos terapéuticos fijados durante el pre-proceso y la terapia post-proceso proporciona la oportunidad de crear nuevos objetivos, tal como la integración satisfactoria del cambio personal en la vida diaria y en las relaciones personales.

Nosotros consideramos el Proceso como un complemento a su trabajo en la terapia. Usted posee la relación primordial de ayuda con la persona; por lo tanto, nuestras instrucciones post-proceso para sus clientes incluyen el dirigirles de vuelta a usted. Volver al contexto de la terapia puede ser una validación del trabajo hecho en el PHC y una oportunidad de adentrarse más profundamente en los objetivos terapéuticos.

## **Como integrar el Modelo de Cuadrinidad en su estilo terapéutico personal**

No cabe duda que el cliente está acostumbrado a su estilo que es a su vez la base de su relación. Usted va a traer a esta relación su propia experiencia e interpretación del PHC y no hay necesidad de cambiarlo. Sin embargo, podemos proporcionarle la ayuda necesaria si usted desea ampliar su trabajo incluyendo algunos de los instrumentos de Proceso. Hay profesores autorizados del Hoffman disponibles para colaborar con usted en la integración de cualquiera de los materiales PHC en su trabajo.

**Evaluación Post-proceso y Terapia.** Si usted es un graduado del PHC sabe por propia experiencia que el efecto del Proceso es dramático. En la mayoría de los casos su cliente deseará ser escuchado y compartir sus experiencias en las sesiones inmediatamente después del PHC. También puede ser beneficioso hacerle preguntas al cliente que puedan traer la experiencia del cliente al foco terapéutico. A continuación se citarán algunas preguntas y sugerencias que podría considerar utilizar para valorar el progreso de su cliente y determinar futuras opciones terapéuticas:

De tu experiencia en el PHC, ¿cuáles son los rasgos negativos más dolorosos que aprendiste de tu Madre, de tu Padre?

¿Has descubierto nuevas formas en que tu madre y/o tu padre han influido en tus actitudes, sentimientos y comportamientos? ¿Cómo han afectado en tu vida?

¿Cómo fue la experiencia de las sesiones de descarga con tu Madre/Padre?

¿Cómo te sentiste después? ¿Cuál ha sido el aprendizaje?

¿Qué has descubierto sobre el impacto negativo de los modelos parentales en tus relaciones íntimas, la educación, el trabajo, la salud y la espiritualidad?

Cuéntame como fue el diálogo intuitivo con tus padres ¿Qué has sabido de cada uno de ellos? ¿Cómo te sentiste haciendo este trabajo?

¿Cómo te percibes a ti mismo después de haber hecho el PHC?

¿Qué sentido tiene ahora la importancia del juego y la diversión en tu vida?

¿Cómo ha sido la experiencia de someter a tus pensamientos negativos?

¿Cómo te sientes sobre toda la experiencia?

¿Qué nueva visión tienes para tu vida?

¿Cómo te sientes con tus padres ahora?

¿Cómo te sientes contigo mismo ahora?

¿Cómo te encuentras reciclando? ¿Tienes alguna dificultad para ello?

¿Se te ha pasado por la cabeza realizar un plan para poner en práctica los cambios en tu vida, incluyendo el desarrollar otros hábitos y perseguir nuevos focos de interés?

## **Desafíos del Post-proceso**

Como es natural, cuando nos enfrentamos al desafío de integrar los cambios en la vida cotidiana, las cosas no siempre son tan fáciles como nos gustaría. La utilización de las nuevas destrezas recién descubiertas en el PHC puede proporcionar una oportunidad de un mayor desarrollo. A continuación se proporciona una lista de los posibles 'contratiempos' que su cliente podría encontrar:

El desánimo de la transición que supone regresar de una experiencia cumbre y de vivencias emocionales conmovedoras.

Duelo: pueden haber pérdidas en las que no se ha hecho el duelo y que es ahora cuando se pueden experimentar. (" Yo nunca tuve niñez ") Esto puede parecer una depresión, pero aconsejamos primero explorar el duelo.

La separación de los miembros de grupo Hoffman o las pérdidas resultado del terminar con viejas amistades que dejan de ser asequibles.

Afrontar cambios o transiciones de vida substanciales (Después del Proceso el divorcio todavía ocurre; las deudas no desaparecen, etc.).

Aislarse en vez de involucrarse en la relación con los demás. Mi vida tiene que cambiar, empezar de nuevo otra vez.

Colocándose como el héroe de la familia psicoanalizando a todos, o señalándoles sus defectos.

Un sentido de la manipulación del sistema familiar o de una pareja que intenta minar los cambios personales.

Finalmente, recomendamos que ponga énfasis en que el primer mes no es un buen momento para tomar nuevas decisiones de vida radicales, incluyendo comenzar una nueva relación íntima o sexual. Es importante experimentar la diferencia que el " nuevo yo " tiene en la situación que antes era problemática antes de dejar un trabajo, terminar con una relación, etc.

Aunque todos estos desafíos potenciales del post-proceso sean mencionados durante el programa, queremos proporcionarle esta lista de programas de apoyo a los graduados para dar el mejor servicio a sus clientes.

### **4. Programas de Graduado del Instituto Hoffman.**

**Grupos de apoyo.** El Instituto de Hoffman puede proporcionar grupos de apoyo para alumnos después de su Proceso, conducidos por un profesor. Estas sesiones permiten a los graduados superar cualquier ansiedad de separación que puedan sentir con su grupo. También les va a permitir reforzar el uso de las Herramientas así como apoyarles en situaciones de su vida desafiantes y compartir cualquier cambio Post-Proceso en un ambiente de comprensión y apoyo.

**Consulta por e-mail.** El Instituto de Hoffman ofrece un servicio de consulta individual post-proceso a los graduados que lo soliciten. Tenemos la responsabilidad de

responder a las necesidades vigentes de los participantes después del Proceso, de los cuales no todos tienen una relación terapéutica; sin embargo nuestro trabajo no pretende sustituir el trabajo que tal relación vigente puede proporcionar.

**Sesión de evaluación gratuita.** Entre uno y tres meses después de finalizar el Proceso el alumno tiene derecho a una entrevista de 50 minutos por teléfono, Skype o presencial para evaluar el efecto del proceso y ayudarle en lo que pudiera haber surgido.

**Cursos de reciclaje para graduados.** El Instituto de Hoffman ofrece varias veces al año cursos de reciclaje de 2 o 3 días sobre algún tema relacionado con el trabajo. Este intensivo proporciona la oportunidad de recordar a los graduados los descubrimientos de su Proceso y enfocarse en una o dos áreas específicas.

### **Herramientas.**

Al final del Proceso, a cada graduado se le da a un juego de grabaciones que incluyen algunas de las visualizaciones guiadas del Proceso y ayudan a reforzar los sentimientos de autoaceptación. Se ha encontrado que tienen un efecto beneficioso, sobre todo en aquellos propensos a la ansiedad o a la depresión.

El Instituto Hoffman ofrece la oportunidad a todos los graduados de experimentar de nuevo 'la Clausura' (la visualización de Integración final) en todas partes del mundo donde el Proceso tiene lugar. Supone un refuerzo del sentimiento de integración, perdón y compasión que genera, así como un recordatorio que no están solos.

**Agradecimientos** a Karen Jepsen \*, Raz Ingrassi \*, Tim Laurence \*, Ed McClune, M.F.T.\*, Kathi Noble, L.C.S.W., Marianne Haissman Stefancic, M.F.T. Stanley Stefancic, M.Div., Eileen Sullivan, M.F.C.C., Ana Simon Lobo, M.S.S.W.

\* Profesores del Proceso Hoffman