

Cuadro resumen de las fases biológicas y psicológicas a partir de un conflicto

	BIOLÓGICO	PSICOLÓGICO
0	Choque Biológico	Estado de alteración en el que la persona vive un problema.
1	Fase de estrés o simpaticotonía.	Fase negativa viviendo el problema intensamente. Se queja, protesta, se imagina que los saca de ahí o incluso afirma que "los mataría".
2	Conflictolisis o solución.	Ya hay menos problema. Se relaja o se distrae al salir.
3	Fase de reparación o vagotonía.	Fase en positivo por haber salido del problema.
4	Normalidad, normo estrés.	Neutralidad

En resumen, en el caso de José las fases biológicas y psicológicas serían:

	BIOLÓGICO	PSICOLÓGICO
0	Choque biológico rabia e indignación.	Estoy en paro, tengo que trabajar, necesito este empleo, me da igual lo que hagan o digan, nadie les puede parar.
1	Fase de estrés: ulceración de vías biliares (VB).	Es injusto, ¡son imbéciles! Me quiero marchar para no verles, me dan rabia, les odio, estoy muy enfadado*, etc.
2	Solución: detención de la ulceración.	Ya no les veo. <i>Me siento menos enfadado</i>
3	Fase de reparación: relleno de las partes ulceradas e inflamación de VB.	<i>Estoy más tranquilo.</i>
4	Normalidad, normo estrés.	<i>Qué bonita es la vida. Hoy puedo ir a jugar con mi hijo.</i>

* En cursiva el discurso interno psicológico y mental del sujeto llamado José.

Cuadro resumen de las fases biológicas y psicológicas a partir de un conflicto

