

REFLEXIONES SOBRE LA PERSONA DEL TERAPEUTA Y SUS VOCES

Lucila Florencia Servián: Licenciada en Psicología con énfasis clínico por la UTCD, Paraguay. Terapeuta y Especialista en Terapia e Intervención Sistémica Familiar, APSIPA y el Instituto Tesis, Asunción. Maestranda en Psicología Clínica. Docente en la Universidad Nacional de Itapúa, en la Facultad de Humanidades, Ciencias Sociales y Cultura Guaraní.

Nancy Noemí Lysak Zub: Licenciada en Psicología con énfasis clínico por la UTCD. Especialista en Terapia e Intervención Sistémica Familiar, APSIPA y el Instituto Tesis. Maestranda en Intervenciones Colaborativas y Dialógicas en la UCOM () de Asunción. Licenciada en Pedagogía por la UCI, Itapúa. Docente de la Universidad Nacional de Itapúa en el área Clínica, Asesora y Lectora de Tesis.

Este artículo invita a repensar en el “self “del terapeuta y su compromiso en el desarrollo de su profesión y la importancia de sus habilidades y recursos que hacen y complementan su integridad personal. A diferencia de otras profesiones, el rol del psicólogo exige una constante capacitación técnica y un amplio autoconocimiento de sus fortalezas y limitaciones.

El objetivo de este escrito es identificar algunas partes de la experiencia en el espacio terapéutico, lo que se siente y se vive muy de cerca sobre la complejidad de definir el rol y el perfil de un terapeuta. Es importante estar al tanto del propio desarrollo personal, como estar al tanto de la técnica o programa de cambio que se utiliza con un paciente; de lo contrario, se corre el riesgo de un comportamiento incongruente en las relaciones interpersonales.

En los textos de las diferentes corrientes de la psicología, encontramos que cada escuela define un conocimiento epistemológico, una fusión entre la teoría y la práctica de la terapia, lo cual implica un constante proceso de aprendizaje y se valida en las siguientes condiciones en la formación del rol del terapeuta, que son:

a.) La capacitación técnica

b.) La capacidad de relación

La capacitación alude a los modelos teóricos que moldean y orientan el accionar de la práctica, la formación académica, el sistema de apoyo de otros pares y la práctica supervisada que permite confirmar la construcción de un modelo y estilo personal (Assiba, 1994).

Pareciera ser simple describir cómo el psicólogo o terapeuta se relaciona con el consultante, con sus pares, su familia y otros, pero, ¿qué implica esa capacidad de relación?

Al respecto, Carl Whitaker cita una frase:

“La dinámica de la psicoterapia descansa en la persona del terapeuta, la teoría y la técnica cobran vida y adquieren forma cuando pasa a través de su persona”.

Por lo cual, más allá de la formación teórica y práctica, no podemos dejar de pensar que el psicólogo es un “ser humano” y que además de sus propias emociones y sentimientos, están también las de las historias del consultante, que de alguna manera conforman, el vínculo en el espacio terapéutico. Existen tres áreas personales que la mayoría de los terapeutas deberíamos examinar atentamente porque pueden tener un impacto significativo sobre la calidad de la relación y el tipo de servicio que ofrece a los pacientes: competencia, poder e intimidad, estas tres áreas y los posibles sentimientos, actitudes y conductas asociadas a ellas son las que pueden hacer efectiva o pueden dañar una relación terapéutica (Cornier).

Kenneth Gergen expresa:

”Nuestros cuerpos nos definen, y por medio de él experimentamos el mundo, y que a medida que cambia el cuerpo, también cambia el sentido del mundo y de uno mismo. ¿Acaso no usamos la mente para interpretar la naturaleza? ¿No influyen nuestros pensamientos y emociones en lo que hacemos? (Gergen)

Nos adentramos en nuestra propia historicidad, identificando los ciclos vitales, los vínculos significativos y también cómo emergen en nosotros aquellos prejuicios, miedos o historias no elaboradas que se entremezclan en un espacio de consultorio o al trabajar con un equipo.

Recordamos nuestro propio proceso de formación en la terapia sistémica familiar. En el 2007 iniciamos lecturas y presenciamos sesiones en

Cámara Gessell, (Tesis) , a medida que avanzábamos en los niveles al encontrarnos con Harlene Anderson y una postura totalmente diferente a la aprendida, lo cual dificultaba la conexión con nuestra formación anterior de psicólogas. Nos preguntábamos ¿Cómo es estar en una sesión sin tener un control directivo organizado en base a objetivos?, ¿Dónde quedaban los cuestionarios, los diagnósticos y evaluaciones? Considerando que los anteriores modelos terapéuticos son muy estructurados y estratégicos.

Entender que el espacio conversacional dialógico no es una técnica en la cual podría imitar de los demás, sino **una postura** en la “relación comunicacional” entre el terapeuta y el cliente, donde se enfatiza el abrir nuevas posibilidades.

Con errores y aciertos empezamos en los siguientes años a sumergirnos en lo nuevo, aceptar que el pensamiento posmoderno no busca unificar métodos y técnicas, sino el interés es **la persona y su red de relaciones**, cómo se explica la realidad y se da significado a esta “realidad” construida desde una pluralidad de voces.

Thomas Khun en 1973 afirma que para que haya un nuevo paradigma, es necesario la fractura del paradigma anterior; Bateson sugiere que ningún supuesto puede explicarse y aceptarse sin discusión, sino por el contrario, debe estar continuamente cuestionado (Anderson, 2003)

En este recorrido de formación de terapia, traspasar aquella postura de dejar los diagnósticos, la organización directiva implica crisis, **ruptura de paradigmas**, lo cual fue determinante para comprometernos a cuestionar sobre verdades absolutas, aceptar que todo puede ir cambiando, permitirnos crear nuevas miradas.

Saúl Fuks nos invita a escribir la “bitácora del terapeuta”, en donde en uno de los ejes plantea: ¿Cómo realizamos nuestro diálogo íntimo? ¿Cómo nos vemos en nuestro accionar?

Es preciso encontrar en el baúl de los recuerdos y escribir aquellas técnicas o herramientas con las cuales nos sentimos confiados y seguros, describir aquellos logros que hemos podido construir en un consultorio o en un grupo comunitario. Rever aquello que nos hace sentir impotentes o incómodos en nuestro “**rol**”.

Whitaker explica que el proceso de ser un psicólogo terapeuta requiere entrenamiento, amplia experiencia y una habilidad peculiar para diferenciar lo que nos limita y nos permite ser creativos y auténticos.

“El psicoterapeuta profesional es alguien que reconoce sus limitaciones y establece la situación de modo tal que pueda ser más eficaz. Asimismo separa cuidadosamente su tiempo, lugar y el método para ser un terapeuta por un lado y ser una “persona” que tiene vida, y no solo trabajo” (Hitaker).

En esta búsqueda de “**ser**” y llegar a “**ser terapeutas**” no hay reglas únicas que nos muestren cómo llegar a ser, pero sí nos queda muy claro, en este fluir de nuestras reflexiones, que necesitamos detenernos a **sentir-pensar**:

-¿Qué puedo registrar de lo que sucede?

-¿A qué le pongo atención?

-¿Qué cosas me emocionan?

-¿Desde dónde que me emocionó?

-¿Con qué conecto esto que me emociona?

Y desde las competencias preguntarnos:

-¿Me siento seguro como terapeuta?

-¿Estoy bastante seguro que puedo triunfar como terapeuta?

-¿Soy reactivo o intolerante con pacientes cuyos valores y estilos de vida son diferentes de los míos?

Los representantes del pensamiento pos moderno como Jacques Derrida, Michael Foucault, Ludwig Wittgenstein, hacen referencia al constante cuestionamiento de lo real y objetivo y se caracterizan en señalar lo impredecible y lo desconocido, los cuales nos alientan a ser curiosos investigadores de nuestro propio accionar, sentir y pensar y constantemente preguntarnos ¿cómo hacemos lo que hacemos? Y no temer en ser críticos de nuestras inseguridades, miedos e incertidumbres.

Eduardo Figueroa en una reflexión cita a Bechuk:

“Simplemente no existe ninguna teoría que pueda abarcar todo, ¿por qué no aceptamos que nuestras teorías y conocimientos son lentes temporarias y nuestras técnicas recursos transitorios” (Assiba, 1994).

Destacamos muy significativo este análisis desde una diversidad de opiniones y que el compromiso de ser responsables de nuestro propio “self” ante situaciones de dolor y emociones, cuando sentimos la angustia en el rol; no quedarnos con la impotencia o inseguridad; sino

que el quehacer científico de todo psicólogo sea buscar una constante superación, el deber de seguir construyendo y el de interaccionar con otros profesionales del área.

Referencias

Anderson, Harlene. “Conversaciones, lenguaje y posibilidades”.
Editorial Paidós, 2003.

Assiba. “Sistemas familiares”.1994.

Cornier, Willian H. y Cornier , L. Sherilyn .Estrategias de entrevista
para terapeutas. Biblioteca de Psicología. 3º edición

Gergen, Kenneth y Gergen, Mary. Reflexiones sobre la construcción
social.

Tesis. Instituto de Terapia Sistémica relacional. Asunción Paraguay.

Whitaker, Carl. Meditaciones nocturnas de un terapeuta familiar.
Editorial Paidós.