

TRABAJO CON LA PERSONA DEL TERAPEUTA

Imma Masip Amorós
Psiquiatra y Terapeuta familiar
M^a Paz Flores Martínez
Psiquiatra y Terapeuta familiar
mimamasip@gmail.com
mpazfl@gmail.com

MASTER PSICOTERÁPIA, Noviembre 2018

AGENDA

Viernes:

1ª parte: Presentación asistentes y profesorado
Trabajo experiencial

2ª parte: Revisión teórica del modelo sistémico . Self personal y self profesional.

Sábado:

1ª parte: Reflexión sobre uno mismo
Trabajo experiencial

2ª parte: LAS HERRAMIENTAS PARA AFRONTAR EL VIAJE

Genograma, g. fotográfico, g. paisajístico, escudo familiar, esculturas, cuentos....

Conclusiones y evaluación

- Caillé (2002) considera el proceso terapéutico como una “danza epistémica” en la que tanto pacientes como terapeutas tienen que revisar la construcción del mundo que creen cierta.
- Así que el terapeuta sistémico no puede mas que acostumbrarse a evaluar sus propios esquemas cognitivos y realizar importantes evoluciones personales durante sus terapias. Por todo esto, considera importante que el terapeuta haya experimentado recorridos de cambio durante su formación, “no basta con aprender de manera concienzuda la teoría de la danza (epistémica), hay que saber practicarla”

Así mismo, Bernart y Dobrowolski (2010) subrayan como el canal verbal está saturado y el no verbal es menos controlado y controlable. Observar la incongruencia entre el canal verbal y no verbal puede representar el punto de inicio para que el futuro terapeuta empiece a construir su sensibilidad terapéutica. Entre los principales instrumentos que se basan en las imágenes utilizadas en la formación hay: el genograma paisajístico, el fotográfico, las esculturas, el dibujo conjunto de la familia, los objetos metafóricos, los collages, las imágenes de arte y las películas.

- Guevara (1991) añade que no sólo el terapeuta tiene el riesgo de contaminar los casos con su historia, sino que además puede que él mismo se contamine con los casos. Puede que las características de los casos determinen en el terapeuta sentimientos de inferioridad, de superioridad, de confusión u otras distorsiones, quedando “cargado o pegado”.
- El proceso terapéutico es un acontecimiento intersubjetivo, una realidad orgánica donde influyen las teorías, técnicas, terapias y conocimientos adquiridos durante el ejercicio profesional, pero también intervienen factores personales subjetivos como la historia personal del terapeuta, su situación emocional y la motivación personal por la cual deseó ser terapeuta
- (Guy, 1995).

MICRO

- Formación
- Elección de modelo de referencia
- Equipo
- Características personales:
 - Estilos comunicativos
 - Creencias y valores

LA ELECCIÓN DEL MODELO

- Epistemología
- Estilo personal

Espacio terapéutico

- Paciente

Rekursividad

Los modelos de psicoterapia:

—desde los más ambiciosos y complejos, hasta los más simples—

Se gestan impregnados por momentos históricos con determinadas características sociales, crisis políticas o económicas.

Tales factores, inciden directamente sobre los elementos socioculturales propios del contexto en que se desarrollan, generando las condiciones para que un profesional cree lo que deba crear

ENFOQUE FAMILIAR

- La familia como sistema donde la suma de sus partes es mas que un todo
- Las relaciones entre sus miembros definen a sus miembros y son siempre contextuales
- Reconoce que las personas siempre tienen sus propias historias personales
- Su énfasis no reside tanto en revisar o cambiar el pasado sino en como abordar el presente y hacer las cosas diferentes en el futuro
- Implica compartir el poder entre profesional, el paciente y la familia en vez de promover estereotipos de expertos
-

TERAPIA SISTÉMICA

- La terapia como comunicación y cooperación
- Comunicación terapéutica en la búsqueda común de alternativas
- Coordinación de los recursos del paciente-familia con los del terapeuta

ELEMENTOS BÁSICOS DE LA RELACIÓN PROFESIONAL

- Cognitivos-redefinición, co-construcción
 - Emocionales-empatía
 - Pragmáticos-intervenciones
-
- *SER Y HACER EN TERAPIA SISTÉMICA. LA CONSTRUCCIÓN DEL ESTILO TERAPÉUTICO. M. CEBÉIRO, JL LINARES, PAIDÓS, 2006*

IMPORTANCIA DE:

- Promover una terapia colaborativa- dialogo
- Abrir espacio para la reflexión
- Escuchar historias y
- Abrir espacios para lo que no se ha dicho

LA ESCUCHA ACTIVA

- A) Procesamiento del contenido, *aquí y ahora* de la historia del paciente
- B) Atender al proceso: qué muestra la historia, voz, postura, cuerpo..
- C) La propia experiencia del terapeuta como herramienta en relación a lo que oye y lo que no se dice. Lo que experimenta no solo es fruto de la propia historia si no que se amplia con el dialogo.

EL SELF DEL TERAPEUTA

- Persona que está en relación con el cliente, no solo como experto en recoger información, procesarla, hipotetizar y testar
- Además hay un dialogo privado que cada terapeuta tiene consigo mismo mientras habla con la familia
- Es consciente que tiene que adaptarse a las expectativas, preferencias y vulnerabilidad

EL SELF DEL TERAPEUTA

MINUCHIN, 2014

- Elige la distancia: los terapeutas novatos tienden a ser próximos, les cuesta crear distancia y necesitan hacer siempre algo en la sesión. La autoobservación les puede ayudar a tomar distancia y coger perspectiva

EL SELF DEL TERAPEUTA

ALFREDO CANEVARO “*LA INTERACCIÓN ENTRE EL SELF PERSONAL Y EL SELF PROFESIONAL DEL TERAPEUTA DE FAMILIA*”, MOSÁICO, N. 26, 2003

- Entrecruzamiento de diversos sistemas de interacción que contribuyen a formar un mapa complejo en el cual la conexión armónica entre las partes es fundamental
- Capacidad relacional, empatía, humor, calidez, integración afectivo-comportamental

EL SELF PROFESIONAL

- Se superponen dos sistemas relacionales afines: la red relacional profesional y la red de los pacientes
- Red relacional profesional: se inicia en la formación con la relación entre colegas y la filiación a escuelas o sociedades científicas
- La red relacional de los pacientes es el campo de expresión y confirmación de nuestras capacidades profesionales

LA ALIANZA TERAPÉUTICA EN PSICOTERAPIA

- En Psicoanálisis: Contratransferencia como obstáculo y/o Contratransferencia como fuente de información
- En Terapia Familiar: Desde poco interés en experiencias emocionales del terapeuta (50-60), pasa al énfasis (80) en la expertise del cliente y armonización y con el nuevo milenio: el encuentro con la familia y el carácter dialogo

LAS EMOCIONES DEL TERAPEUTA:

- ¿ Qué debería hacer un terapeuta cuando experimenta emociones como,
 - vergüenza
 - desesperanza,
 - tristeza
 - irritación
 - miedo
- durante la sesión?

Isomorfismos y resonancias

AUTORREFLEXIVIDAD

- La autorreflexividad pone especial relieve sobre el efecto que produce el proceso de terapia en el terapeuta, y en la manera en que esto mismo es una fuente (recurso) de cambio en la familia
- El terapeuta ha de estar alerta a sus propias construcciones, funcionamiento y prejuicios, de tal manera que pueda utilizar su persona de manera efectiva con la familia

LA EXPERIENCIA DEL TERAPEUTA

- Qué tiene en la mente
- Cuales son sus sentimientos
- Qué emociones le impactan
- En qué dilemas entra
- En que fantasías
-El tiempo: desde mas rápido a demasiado lento...

LA INVITACIÓN A ACTUAR

¿Que quiere exactamente decir el terapeuta?

Con quién se involucra al actuar?

Se podrían abrir escenarios para lo no dicho?

Se podrían crear conexiones entre los participantes?

LA OPORTUNIDAD DEL DIALOGO

- ¿Cómo puede introducirse en el dialogo la experiencia del terapeuta como oportunidad terapéutica?
- es posible aportar algo?

LA TRANSPARENCIA EN PSICOTERAPIA

- Opiniones que pueden ser no aceptadas
- Utilización del lenguaje que aumente el poder del terapeuta
- Lo contrario... “los terapeutas también son humanos”

LA AUTOEXPOSICIÓN

Compartir aspectos personales y sociales de nosotros/as mismos/as en la terapia, la formación, la supervisión...

- es una experiencia potencialmente perjudicial para el paciente/familia?

AUTOEXPOSICIÓN

- ¿Quién nos puede guiar en esta práctica?
- Cómo nos podemos asegurar que esta transparencia está al servicio del trabajo y no a servicio de nuestros asuntos personales?

2ª- PARTE

- ¿Qué factores hacen del terapeuta un buen conversador y comunicador?

- ¿Qué aspectos del cuerpo teórico clínico de la psicoterapia les interesan especialmente?

- ¿Qué rol ha jugado su familia de origen en el desarrollo de sus aptitudes terapéuticas?

- ¿A través de la formación y de la práctica clínica cómo se ha modificado su propia imagen en su familia y en su profesión?

- ¿Qué distingue la familia de origen del terapeuta de cualquier otra familia?

- ¿La identidad del terapeuta esconde problemáticas relacionales?
- “Las dificultades relacionales de las familias de origen de los terapeutas, motor de su elección profesional, hacen que haya una reticencia y un temor, *a veces racionalizado*, de meterse en las complejidades de los sistemas familiares disfuncionales” (*En Canevaro, 2003*)

- ¿Qué rol juegas en tu familia de origen, mediador u oveja negra?

- ¿Qué te gustaría ser si no fueras psicoterapeuta?

OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

- Conocer y desarrollar habilidades terapéuticas.
- Analizar factores personales que favorecen la relación terapéutica.
- Conocer las motivaciones asociadas con la profesión de terapeuta.
- Desarrollar habilidades de comunicación empática.
- Aprender a manejar las dificultades
- Trabajar con las emociones.

RELACIÓN TERAPEUTICA

- Aunque diferentes terapeutas pueden coincidir en un objetivo terapéutico para una terapia concreta, sus técnicas para lograr este objetivo, variarán.
- Los terapeutas, con personalidades y habilidades individuales, desarrollarán formas idiosincráticas de relacionarse.
- Pueden utilizarse a si mismos mejor, si aprenden a conocer y aceptar sus estilos propios.

TERAPEUTAS Y TERAPIA FAMILIAR

- J Haley- Plantea que puede ser perjudicial para la terapia interesarse por las dinámicas relacionales del terapeuta, quien debe poseer instrumentos técnicos adecuados para ser un “experto” en disfunciones familiares
- C Wtaker-El uso del “si-mismo” del terapeuta y su capacidad para compartir lo “irracional” con las familias , son elementos indispensables para el crecimiento de ambos.

TERAPEUTAS Y TERAPIA

- M Bowen.- Expone que el primer usuario de la Terapia Familiar es aquel que se está formando como terapeuta. Anima a reflexionar sobre las vivencias en el proceso de aprendizaje y huye de reducirlo a una técnica mas en el maletín del psicoterapeuta

KERNBERG

Todos los terapeutas tienden a reaccionar igual al movimiento de sus respectivos pacientes

Cancrini

El problema del eventual desenlace de las provocaciones concretas de cada paciente se afronta teniendo en cuenta, además de las provocaciones, las de las reacciones (o de la vulnerabilidad) del terapeuta

MOTIVACIONES ASOCIADAS CON LA PROFESIÓN

- Motivaciones funcionales y disfuncionales
- Relación con la familia de origen
- Relación con la posición en la familia
- Relación con vivencias personales, familiares y sociales.

APTITUDES PERSONALES DE UN TERAPEUTA

(MESA REDONDA CONGRESO TF, MOSAICO, N.39, FEBRERO 2008)

- Capacidad para filtrar la teoría y la técnica a través de la personalidad del terapeuta, sus supuestos filosóficos y los prejuicios personales
- Capacidad para entrar en interacción con al familia y/o paciente: coparticipar, impulsar al cambio, dejarles descubrir su propia formula de crecimiento, ser cálido y firme
- Capacidad de utilización del sí mismo; poder verse a sí mismo en la familia que acude a consulta, el sufrimiento como compañero
- Capacidad de asumir el rol profesional; confiar en las capacidades de la familia y el paciente, no asumir responsabilidades que no le competen, ser receptivos con la familia y/o paciente sin tomarles mas en serio de lo que ellos están dispuestos a tomarse a sí mismos.

IDENTIDAD DEL TERAPEUTA

- ¿Aprendo algo?
- ¿Podré poner en práctica mis conocimientos?
- ¿Soy suficientemente bueno/a?
- ¿Tengo un modelo de intervención?
- ¿Cómo utilizo las técnicas que conozco?

RELACIÓN TERAPEUTICA

- Acomodación
- Empatía
- Escucha activa
- Preguntas abiertas y preguntas circulares
- Lenguaje verbal y no verbal
- Utilización de técnicas específicas: metáforas, esculturas, cartas, informes...etc.

LO BUENO PARA LA RELACIÓN TERAPÉUTICA

- Ser natural, ser curioso, ser cooperador, utilizar la narración que surge, ser complejo, ser neutral, ser responsable, temporalidad, ser ambivalente, admitir que lo que se dice se hace desde un punto de vista
- R. Manrique "Cómo se hace para cambiar" Mosaico,N 33, diciembre 2005

TRANSFORMACIÓN Y TERAPIA

- Reconocer los cambios que tiene la terapia para la vida del terapeuta.
- La terapia como forma de investigación conjunta.
- Analizar los aspectos políticos de la relación que pueden limitar la terapia (creencias, género, etnia).
- Reconocer que las personas que consultan contribuyen significativamente en el desarrollo y mejora de los conocimientos del terapeuta

EJERCICIOS PARA LA LIBERTAD Y LA ESPONTANEIDAD

- Objeto asociado al rol de terapeuta
- Viñeta clínica
- Comprar y vender

MANEJO DE DIFICULTADES

- Situaciones problemáticas por parte del terapeuta
- Situaciones problemáticas por parte del usuario
- Escena temida

ESCENAS QUE PARALIZAN. EL IMPASSE TERAPÉUTICO O ESCENA TEMIDA

- Escenas dramáticas, con alta emotividad, que pueden ser acompañadas de violencia psicológica o incluso física
- Los terapeutas se paralizan a nivel emocional, cognitivo y pragmático. El **impasse terapéutico** “ata de manos” al terapeuta

EL USUARIO/ LA PERSONA

- Modelo de relación en la institución
- Paternalismo / colaboración / modelo centrado en la persona
- Promoción de autonomía/ fortalezas

LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

- Acceso a la información
- Cuestionamientos
- Consultas online
- Terapias on line

ÉTICA

- *Derecho a rechazar un servicio -Versus Responsabilidad al ofrecer un servicio a personas vulnerables:*
 - Asertividad - Versus Agresividad
 - Colaborativo V's Coactivo
 - Voluntades anticipadas/ Contrato
- **Seguridad comunitaria V's Seguridad individual**

ÉTICA Y PSICOTERAPIA

- Ética es la reflexión interna y asimilada para cada individuo en cuanto al ejercicio de su libertad, en todo tiempo y espacio de su vida y en su dinámica relacional con otras personas, igualmente libres. Ello significa una amplia conciencia de sí mismo

ÉTICA Y MORAL

- Según Javier Sádaba: entiendo por moral lo que un individuo o conjunto de individuos sostiene como “lo que se debe hacer”, por ética, entiendo la justificación que el individuo o individuos ,ofrecen de su moral.
- *La ética contada con sencillez, 2004*

LA ÉTICA EN LA PSICOTERAPIA

- Inviolabilidad de la persona
- La autonomía de la persona
- La dignidad de la persona

BIBLIOGRAFIA

- H. Anderson. *Relaciones de colaboración y conversaciones dialogicas: Ideas para una práctica sensible a lo relacional*, Family process, vol 51, n° 1, 2012
- Andolfi, M. El coloquio relacional. Ed. Paidos Terapia Familiar, 2003
- Balanza Soriano, J. “*Situaciones relacionadas con la salud mental. Depresión, ansiedad, estrés, mobbing y burnout*” Jano, Vol.LXV N° 1499, Diciembre 2003.
- D.A. Bagarozzi, S.A. Anderson, Mitos personales, matrimoniales y familiares Ed. Paidós 1996
- G. Bateson- Pasos hacia una ecología de la mente .Ed Carlos Lohlé. Buenos Aires 1976
Boszormenyi- Nagy, G.M. Spark. Lealtades invisibles. Amorrortu ed.1983.
- M. Bowen- De la Familia al Individuo, Ed. Paidós 1992
- Bronfenbrenner, U- La ecología del desarrollo humano. Ed. Paidós, 2002

BIBLIOGRAFIA-2

- Luigi Cancrini “Oceano borderline, viaje por una patología inexplorada”, Paidós psicología psiquiatría, psicoterapia, 2007
- Alfredo Canevaro “*La interacción entre el self personal y el self profesional del terapeuta de familia*”, Mosáico, n. 26, 2003
- Andrés Cabero Alvarez, “*La relación terapéutica en TF sistémica*” Mosaico, n.40, Sept. 2008
- G. Cecchin, G. Lane, W.A. Ray, “La irreverencia: una estrategia de supervivencia”, Paidós, 2002
- Coderh, J. La relación paciente-terapeuta. El campo del psicoálisis y la psicoterapia psicoanalítica. Ed. Fundación Vidal i Barraquer. Paidós, 2001.
- K. Eia Asen, P. Tompson, Intervención Familiar. Guía práctica para los profesionales de la salud. Ed. Paidós 1997
- P. Fossion, M.C. Rejas- *La transmisión transgeneracional de los traumas*. Revista Redes, nº 6, noviembre del 2002. Paidós
- Guilfoyle, M. “*Dialogue and Power: A Critical Analysis of Power in Dialogical Therapy*” Family Process, vol43, n3, 2003
- R. Haber, From *Handicap to Handy Capable: Training Systemic Therapists in use of self*. Family Process, vol 29, n4, diciembre, 1990
- R. Haber and L. Hawley, “*Family Origin as a supervisory Consultative Resource*”, Family Process, vol 43, n3, 2004

BIBLIOGRAFIA-3

- Linares, J.L. (1996). *Identidad y narrativa. La terapia familiar en la práctica clínica*. Barcelona: Paidós.
- MCNamee, S. Gergen, K.J. La terapia como construcción social. Ed. Paidós, Psicología, Psiquiatría, Psicoterapia, 154. 1996.
- Minuchin, S., Fishman, H. C. (1984). *Técnicas de Terapia Familiar*. Barcelona: Paidós.
- J. Miermont- Diccionario de Terapia Familiar. Ed Paidós 2000
- Arthur C. Nielsen, From Couple Therapy 1.0 to a Comprehensive Model: A Roadmap for sequencing and Integrating Systemic, Psychodynamic, and Behavioral approaches in Couple Therapy, *Family Process*, vol 56, n3 2017
- Orlinsky, D. E., and colb. *The development of Psychotherapists: Concepts, Questions and Methods of Collaborative International Study. Psychotherapy Research*, vol 9, n2 1995
- McGoldrik, M, Gerson R. (1987). *Genogramas en la evaluación familiar*. Buenos Aires:
- Peter Rober, “*The therapy’s Experiencing in Family Therapy*”, *Journal of Family Therapy*, Vol 33 (2011)
- Janine Roberts, « *Transparency and Selfdisclosure in Family Therapy* », *Family Process*, Vol 44, n1, 2005
- Onnis L. (coordinando por) (2010). *Lo specchio interno*. Milano: F. Angeli.
- G. Pluymaekers- Travail sur les familles d’origine et genogramme paisager.
- Satir V. (1995). *Terapia familiar paso a paso*. Mexico: Editorial Pax.
- Jeakko Seikkula and David Trimble “ *Healing Elements of Therapeutics Conversation. Dialogue as an Embodiment of love*”, *Family Process*, vol 45, n3, 2006