



## **La Relación Terapéutica: Introducción al trabajo con la Transferencia En el Trabajo de Proceso**

*Por Irene Tobler y Michael Mervosh  
Para PSEN EU 2019-20*

La relación terapéutica es compleja. El cliente tiene la oportunidad de examinar material antiguo de un modo nuevo y potencialmente transformador. Por tanto es importante ser conscientes de los niveles de transferencia y contra-transferencia que se dan entre cliente y facilitador.

Explorar las dinámicas internas que el cliente re-actúa con nosotros es un aspecto vital de la terapia. Esto revela mucho de acerca de la orientación interna del cliente, y acerca de lo que probablemente no está funcionando en sus vidas. Con el tiempo, a través de sus transferencias, los clientes pueden encontrar nuevos caminos más adaptativos para orientarse hacia los demás y a la vida.

El descubrimiento de la *transferencia* es probablemente una de las contribuciones más significativas de Freud. Él se dio cuenta de que el modo en vemos y respondemos los unos a los otros, y las reacciones que provocamos los unos en los otros, están influenciados por varias tendencias:

- *Veremos la relación a la luz de nuestras relaciones más tempranas y reaccionaremos en consecuencia.*
- *También intentaremos re-actuar en nuestra relación terapéutica, las situaciones difíciles o traumáticas que hemos vivido.*

- *Vamos a proyectar en el terapeuta o en nuestras relaciones más significativas, las cualidades que echamos de menos cuando éramos niños (la buena madre/el buen padre).*
- *Vamos a proyectar hostilidad en el terapeuta y en otras personas, y son darnos cuenta seremos nosotros los que nos comportamos de un modo hostil.*

Constantemente re-actuamos algún aspecto de nuestra vida temprana en nuestro día a día con figuras de autoridad, nuestras relaciones amorosas, nuestras amistades, y nuestros negocios. Y cuando conocemos a alguien por primera vez, tendremos ciertas percepciones y expectativas basadas en nuestra experiencia temprana.

Esta misma dinámica ocurre cuando hacemos terapia. Proyectaremos en el terapeuta a la buena madre/buen padre que no tuvimos, o la madre/padre que nos abandonó, o la madre/padre que estuvo ausente, dependiendo de cuál fue nuestra experiencia (lo que ocurrió o no ocurrió) cuando éramos pequeños.



**Transferencia** es la suma del total de las percepciones, reacciones, ideas, sentimientos y sensaciones del **cliente** que trae desde el pasado al presente. No requiere que haya ningún estímulo exterior. Todas las relaciones más significativas pueden ser transferidas al facilitador, independientemente del género.

La transferencia no siempre se da como una simple repetición de que lo vivimos en nuestra relación original; también se puede presentar en la forma que nos hubiera gustado que tuviera nuestra relación original.

Una *transferencia muy común es la idealización del facilitador*. Es fácil caer en la trampa de la idealización del cliente, especialmente cuando nos sentimos inseguros.

Gradualmente, conforme la relación se vuelve más auténtica e íntima, el cliente comenzará a sentir más ansiedad y comenzará a proyectar otros aspectos de su psique en el facilitador.



## **El Trabajo con la Transferencia**

Debemos aprender a aceptar que las transferencias del cliente son inevitables, y entender qué son eso, transferencias. Podemos animar a nuestros clientes a que revelen sus sentimientos acerca de nosotros y el trabajo de proceso. *La transferencia es donde está la acción.*

Gill dice que el movimiento terapéutico da resultado cuando:

1. *Re-vivimos pensamientos, sentimientos e impulsos antiguos que originalmente estaban conectados a la situación de la que parten sus dificultades actuales.*
2. *Re-vivimos esos pensamientos, sentimientos e impulsos en la presencia de la persona hacia quienes están dirigidos ahora.*
3. *Los expresamos a esa persona.*
4. *Nuestra expresión es recibida con interés, objetividad y aceptación.*

Cuando el cliente nota cómo se siente con nosotros, lo puede nombrar y puede haber sitio para su vivencia, se puede abrir un capítulo de sentimientos, sensaciones, emociones, pensamientos e impulsos que pueden estar relaciones con sus actuales dificultades.

Si el cliente se siente ansioso cada vez que te visita, esta ansiedad puede ser abordada de un modo más directo para explorarla juntos. Este sentimiento puede ser rastreado hasta la circunstancia o situación original – por ejemplo, puede que refleje la ansiedad que sentía el cliente de pequeño sentado a la mesa de la cena.

La sanación ocurre cuando estos sentimientos del pasado se pueden re-vivir y expresar en el momento presente, en la presencia de una persona a la cual no estaban originalmente dirigidos.

*Esto da al cliente la oportunidad de que sus sentimientos sean recibidos con interés y aceptación. Y con el tiempo se pueden recolocar donde pertenecen, en el pasado, y el cliente gana así más libertad para elegir en el presente.*

Como facilitadores debemos fortalecer nuestra capacidad para invitar y aceptar todo aspecto de la transferencia del cliente, y apreciarlos como un portal hacia la profundidad del cliente y como un importante elemento de transformación.

También debemos estar dispuestos a explorar de un modo continuo nuestras propias transferencias con los demás. La mejor manera de hacerlo es a través de nuestra propia terapia personal o en nuestra supervisión.