

MANEJO TERAPÉUTICO DE LA CONTRATRANSFERENCIA

**Autores: Lorena Serrano Herrero, Carlos Pérez Herrero, Esther Pérez Varas,
Vanesa Berdión Marcos, Cristina Madruga Borrego.**

Introducción

En psicoterapia, la contratransferencia es una respuesta inconsciente del terapeuta, manifestada a través de emociones, pensamientos y creencias. Puede originarse tanto de las proyecciones del paciente como de las experiencias del terapeuta. Inicialmente vista por Freud como un obstáculo, psicoanalistas como Melanie Klein y Donald Winnicott la reconocieron como una herramienta útil para entender al paciente. Hoy, se considera una parte valiosa de la relación terapéutica, proporcionando insights sobre los patrones del paciente, las dinámicas relacionales y las experiencias emocionales inconscientes.

Objetivos

- Explorar la evolución del concepto de contratransferencia: analizar su cambio de ser un obstáculo a una fuente valiosa de información.
- Evaluar la efectividad terapéutica del manejo de la contratransferencia.
- Profundizar en la comprensión de las dinámicas emocionales del paciente.
- Desarrollar y proponer estrategias prácticas para su manejo.

Desarrollo

La contratransferencia, vista inicialmente por Freud como un obstáculo, ha evolucionado. Reconocida por Melanie Klein y Donald Winnicott por su valor en la comprensión paciente-terapeuta, los enfoques actuales la consideran integral para insights sobre las experiencias emocionales inconscientes y las dinámicas relacionales. La escuela relacional destaca su bidireccionalidad, mientras que las perspectivas técnicas se enfocan en su manejo consciente para mejorar la terapia. Su gestión es esencial debido a su complejidad y desafíos, como el agotamiento emocional y las dificultades de límites. Requiere autoconciencia, supervisión clínica y apoyo profesional para una gestión eficaz.

Conclusión

La contratransferencia, antes vista como un obstáculo, ahora se valora como vital en psicoterapia. Gestionarla eficazmente es crucial para entender al paciente y mejorar la terapia. La autoconciencia, supervisión clínica y límites claros son estrategias clave. El desarrollo profesional y el apoyo emocional son fundamentales para que los terapeutas manejen sus emociones, asegurando un entorno terapéutico saludable y productivo.

Bibliografía

1. Carsky M. Managing Countertransference in the Treatment of Personality Disorders. *Psychodyn Psychiatry*. 2021 Summer;49(2):339-360. doi: 10.1521/pdps.2021.49.2.339. PMID: 34061647.
2. Pozzi, MA. Sobre el manejo de la contratransferencia en el ámbito de la interconsulta. [Intenet] 2016. Citado el 7 de junio de 2024. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-044/208.pdf>
3. Teixeira G, Zambrano S. La contratrasferencia: comprensión, manejo y uso de elementos inconscientes en el espacio psicoterapéutico [Internet] Julio de 2018. Citado el 7 de junio de 2024. Disponible en: <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAT6969.pdf>
4. Del Olmo, JD. Elementos para una clínica de la contratransferencia. Documento de trabajo. 2021 [Internet]. Citado el 7 de junio de 2024. Disponible en: <https://www.aacademica.org/juan.d.del.olmo/10>

Metodología

Revisión bibliográfica realizada en bases de datos y sitios web académicos sobre la contratransferencia, examinando enfoques teóricos y prácticos. La palabra clave fue "contratransferencia" y se incluyeron estudios en inglés o español de los últimos 10 años.

