

**TERAPEUTAS DESDE LA INFANCIA:
LOS ORÍGENES DE LA DECISIÓN DE EJERCER LA
PSICOTERAPIA Y OTRAS PROFESIONES DE AYUDA.**

Antonio Armada Raya

Editorial: Círculo Rojo 2016, Almería ES

Número de páginas: 267

INTRODUCCIÓN

En la introducción, Antonio Armada desvela su decisión sobre el enfoque de este libro y las preguntas básicas que impulsarán su trabajo. El relato no será meramente teórico, en tercera persona, será un “testimonio encriptado con formato de ensayo”. Las fuentes de este relato son fundamentalmente los recuerdos de niñez de Antonio y las vivencias de su experiencia profesional como psicoterapeuta. El marco teórico es el Análisis Transaccional del que provienen los conceptos explicativos (guion de vida, rol de salvador, juegos psicológicos...). Y un elemento importante en la construcción de este libro es que a Antonio le gusta, y practica, la literatura y en ella buscará referentes y puntos de comparación y similitud, en los que apoyar e ilustrar sus reflexiones.

La pregunta nuclear es ¿por qué nos hacemos psicoterapeutas? de la que se desprenden otras que indagan en los motivos profundos que impulsan esta decisión.

Como toda buena introducción adelanta, a modo de organizador previo, lo que se va a desgarnar en el resto del libro. El niño emocionalmente adaptado es un personaje central y es elemento fundamental del guion de salvador. La revisión del propio guion de vida nos va a facilitar darnos cuenta de las repercusiones de éste en nuestra vida actual. Ello nos va a permitir ejercer nuestra profesión sin las ataduras emocionales de nuestras vivencias tempranas.

Los capítulos 1, 2, 3 y 4 describen evolutivamente el proceso iniciado en la relación del infante con las figuras de apego, que está en el origen del guion de Salvador con todos sus elementos de creencias, impulsores, mandatos... Continua este proceso por el despliegue de las manifestaciones del guion construido cuando el niño se convierte en un adulto emocionalmente adaptado. Finalmente describe la actuación del adulto convertido en psicoterapeuta y su modo de hacer psicoterapia como escenificación del drama original de la infancia.

ejercer bien la labor terapéutica, de manera saludable y ética, el terapeuta ha de transitar, a partir de su propia psicoterapia, desde la decisión de guion inconsciente a la elección adulta consciente. Podrá así ejercer con mayor libertad, sin la influencia de un guion de vida limitador y de hacerlo libre del rol de salvador y desde una posición existencial “yo bien, tu bien”. Son de particular interés las reflexiones sobre los procesos de transferencia y contratransferencia desde la perspectiva del Análisis Transaccional

Los capítulos 5 y 6 describen el proceso de sanación de las heridas y de caminar hacia la autonomía del psicoterapeuta

Capítulo 5.- El camino hacia la autonomía: El duelo por una infancia no vivida

Este proceso comienza con la realización de un duelo que activa la compasión hacia uno mismo y el despertar del verdadero yo capaz de sentir. El proceso de terapia continúa dándose cuenta, mirando hacia su interior y permitiéndose sentir sensaciones reprimidas... y se ira sintiendo un poco más libre. Más adelante, el terapeuta en terapia rompe su docilidad acomodaticia. Este proceso puede resultar doloroso al principio. El paso siguiente es la construcción de un refugio interior, un espacio psíquico a modo de hogar interior, en el marco de la relación terapéutica, para poder llevar a término el trabajo emocional mencionado anteriormente en el proceso de duelo. Incorpora además el autor como recomendación la transformación de la herida en obra de arte, para que las personas puedan desarrollar la posibilidad de contarse en tercera persona De esta manera podemos considerar la psicoterapia como un arte.

Capítulo 6.- Las heridas del psicoterapeuta

Este capítulo sintetiza, en mi opinión, todo el trabajo que se ha venido detallando en todos los capítulos anteriores que recorrían esta línea de pensamiento: Todo empieza con la no satisfacción, siendo niño, de las necesidades emocionales por parte de sus figuras parentales y que provocan una dinámica interna en el niño (social y emocionalmente adaptado en este caso), continúa con la construcción de un guion de vida con síntomas tales como el interés por el mundo interno del otro y sus necesidades; con el riesgo de asumir el rol de Salvador en las relaciones; el desarrollo de una capacidad de leer el inconsciente del otro; la predisposición a elegir una profesión de ayuda emocional...

Refuerza lo dicho en este capítulo desarrollando la idea tomada de C.G Jung del arquetipo del sanador herido (el mito de Quirón) para ilustrar las heridas del psicoterapeuta como base para atender las heridas de los demás y la conexión entre las heridas del terapeuta y el paciente en el proceso de relación terapéutica.