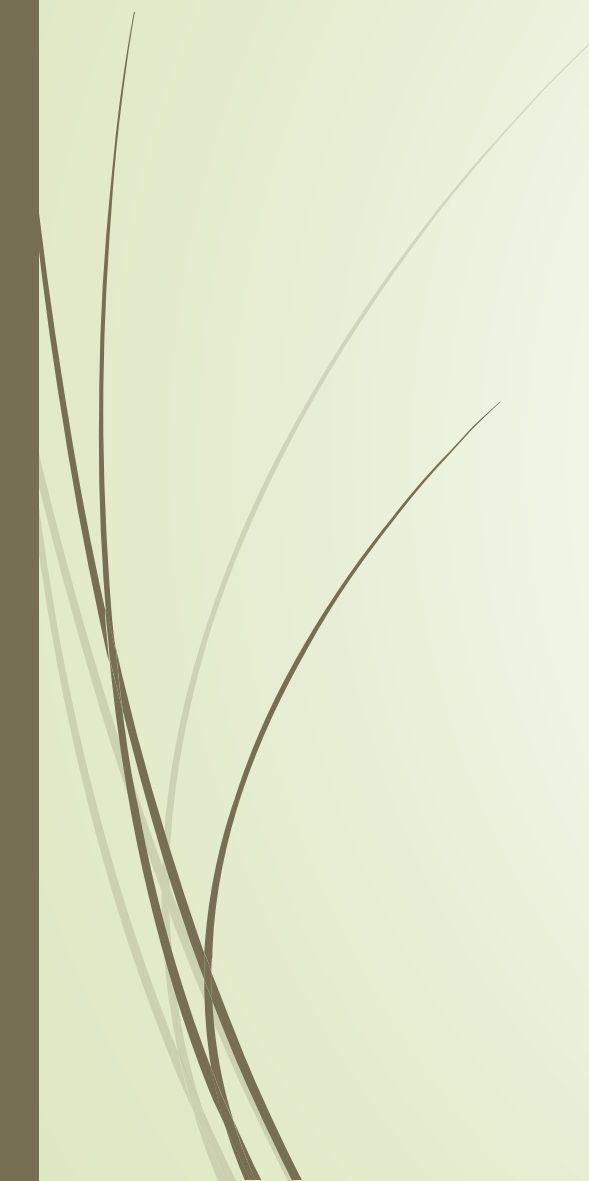





REACCIONES DEL TERAPEUTA

DRA. SILVIA CARRERA CASTRO
ESPECIALISTA EN PSICOLOGIA CLINICA
OCTUBRE 2017



ROL QUE JUEGA LA SUBJETIVIDAD DEL TERAPEUTA EN LA ATENCIÓN DE PERSONAS CON EXPERIENCIAS DE TRAUMA



REACCIONES DEL TERAPEUTA CONTENIDOS


- LA CONTRATRANSFERENCIA
- FATIGA DE COMPASION

- TRAUMA VICARIO
 - SINDROME DE BURN OUT
- 




CONTRATRANSFERENCIA

- “Es un concepto de la teoría psicoanalítica que hace referencia al conjunto de reacciones inconscientes del analista frente al analizando, y, especialmente, frente a la transferencia de éste”
(lexicoon.org/es/contratransferencia).




Reacciones de contratransferencia
(Protocolo de Estambul, Naciones Unidas,
2000)

➔ Desilusión, desvalimiento,
desesperanza y
sobreidentificación, que pueden
provocar síntomas de depresión
o traumatización vicaria
(pesadillas, ansiedad y miedo).

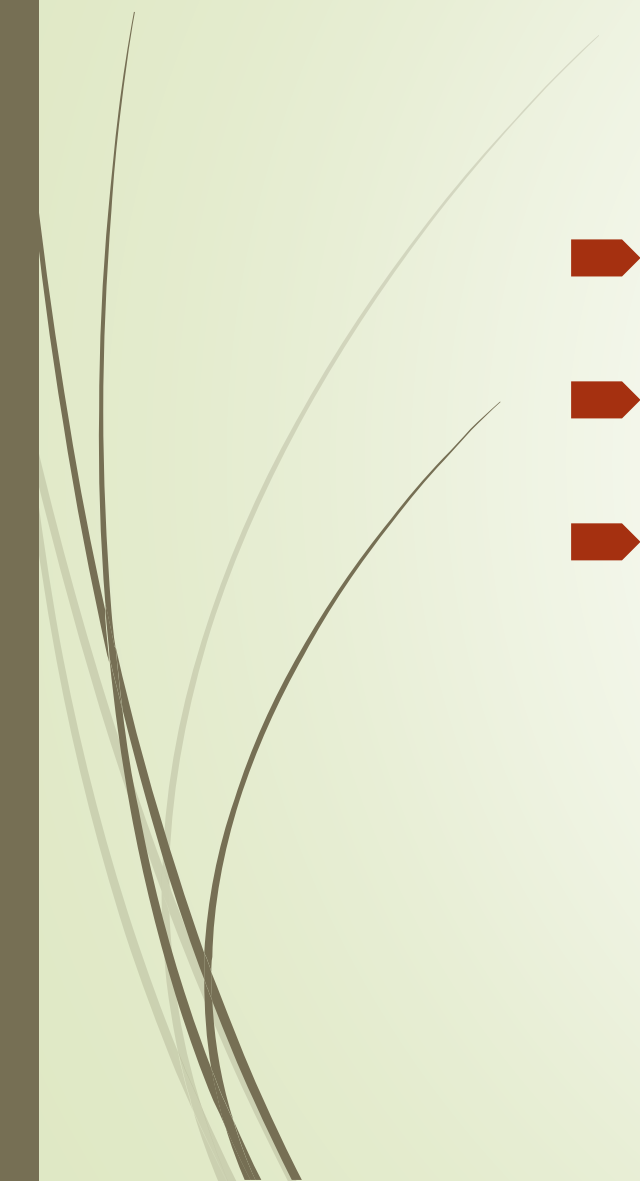


Reacciones de contratransferencia
(Protocolo de Estambul, Naciones
Unidas,2000)

- Sensación de omnipotencia y grandeza, sentirse salvador.
- Sentimientos de inseguridad, acerca de las propias aptitudes profesionales frente a la gravedad de la historia o los sufrimientos comunicados.



Reacciones de contratransferencia
(Protocolo de Estambul, Naciones
Unidas,2000)

- Sentimientos de culpa o idealización
 - Indignación y la rabia.
 - Exposición a niveles de ansiedad no acostumbrados.
- 



ACTIVACION DE MECANISMOS DE DEFENSA

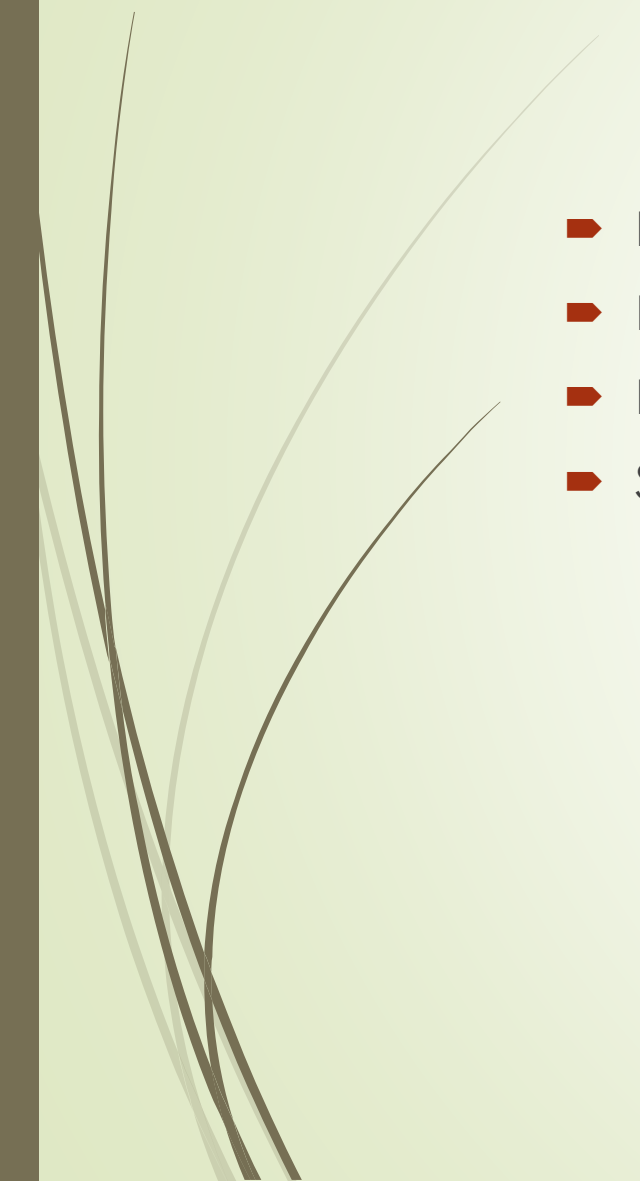
➔ Negación

➔ Aislamiento afectivo






CONTRATRANSFERENCIA

- La contratransferencia como instrumento y no como obstáculo
 - Resonar afectivamente vs mantener la observación y la reflexión analítica.
 - Elaborar de parte del terapeuta los propios traumas.
 - Supervisión
- 




FATIGA DE COMPASION

- ▶ “Un tipo de estrés resultante de la relación de ayuda terapéutica, de la empatía, y del compromiso emocional con el paciente que sufre y padece”.
 - ▶ Fenómeno que se da en profesionales que trabajan con el objetivo de aliviar el sufrimiento en la vida de las personas en momentos cercanos a la muerte y es el resultante de un desbalance entre cuidar a otros y cuidarse a sí mismos.
- 

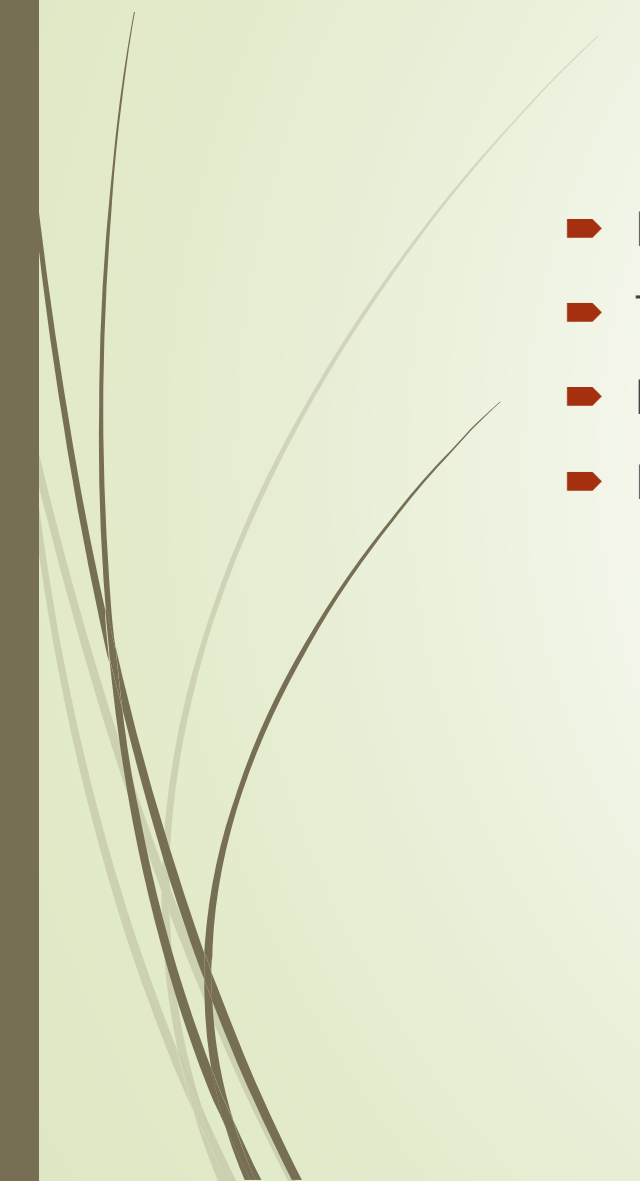


FATIGA DE COMPASION

- La compasión es definida como un sentimiento de profunda simpatía y pesar por otro que es afectado por un sufrimiento o desgracia, acompañado por un intento deseo de aliviar el dolor o eliminar su causa.
- 



FACTORES PRINCIPALES ASOCIADOS A LA FATIGA DE COMPASION

- Pobre autocuidado
 - Trauma no resuelto del pasado
 - Incapacidad o negativa para controlar los factores del estrés
 - La falta de satisfacción en el trabajo.
- 

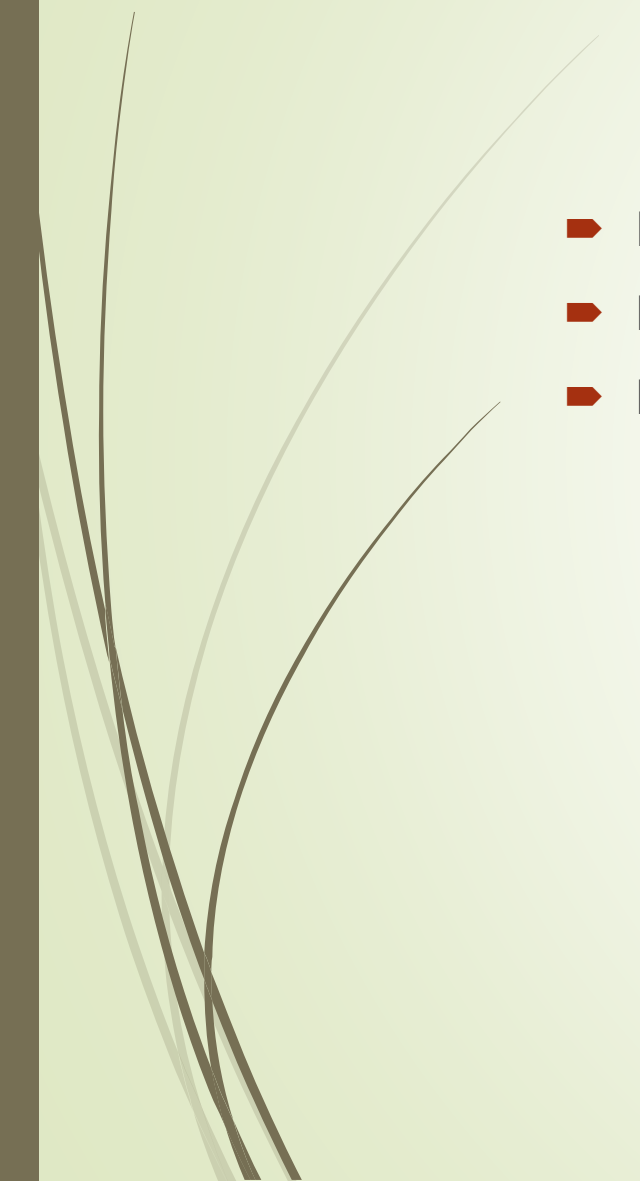


SINTOMAS PREVIOS A LA FATIGA POR COMPASION

- Disociación, ira, ansiedad
- Trastornos del sueño
- Agotamiento o sentirse abrumado
- Pesadillas
- Sensación de impotencia y fracaso
- Nauseas, cambios en el peso
- Dolores, desmayos, mareos, problemas de audición
- Abuso de sustancias
- Indiferencia, sarcasmo y cinismo



La fatiga de compasión comparte con el SEPT

- Reexperimentación.
 - Evitación y embotamiento psíquico.
 - Hiperactivación.
- 



TRAUMA VICARIO

- Es una reacción traumática relacionada con la exposición de cierto tipo de información.
- Ocurre en personas que trabajan con personas sobrevivientes de trauma.
- La percepción de ineficacia ante el trabajo.
- Sentimientos de vulnerabilidad
- Dificultad para confiar en otros
- Un cambio en la visión del mundo.

(West, 2011)



TRAUMA VICARIO

- ➔ “ La traumatización vicaria se refiere al efecto acumulativo en la persona que trabaja con sobrevivientes de eventos traumáticos”

(Saakvifine and Pearlam, 1996) Citado por West (2011).





FACTORES DE RIESGO DEL TRABAJO CON TRAUMA



Terapeuta



Usuario o cliente



Lugar de trabajo



FACTORES DE RIESGO DEL CLIENTE O USUARIO

- ▶ Trabajar con personas hostiles o amenazantes.
- ▶ Personas cuyas historias personales incluyen crueldad humana o intenso sufrimiento.

- ▶ Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



FACTORES DE RIESGO EN TERAPEUTA

- ▶ Historia personal de victimización: vergüenza, culpa, ansiedad, enojo, no elaborada.
- ▶ Falta de experiencia.
- ▶ Efectos acumulativos de estrés.
- ▶ Excesiva demanda de sí mismos y otros.
- ▶ Expectativas poco realistas de recuperación de los pacientes.

West (2011)



Riesgos del lugar de trabajo

- ▶ Alta demanda de casos
- ▶ Alto porcentaje de usuarios o clientes con experiencia de trauma y sufrimiento de SEPT.
- ▶ Aislamiento profesional
- ▶ Barreras del lugar relacionadas con falta de confidencialidad, miedo a la estigmatización.

West (2011)



SIGNOS Y SINTOMAS DE TRAUMA VICARIO

- Nerviosismo y ansiedad
- Enojo e irritabilidad
- Cambios de humor
- Flashbacks
- Dificultad de concentración
- Baja autoestima
- Sentimiento de desconfianza en los otros
- Cambios de apetito y hábitos de sueño
- Cambios físicos
- Depresión
- Síntomas de SEPT



SENSACIONES Y SIGNOS DE TRAUMA VICARIO



Emocionales



Cognitivo



Conductuales



Organización
laboral



Sensaciones emocionales (trauma vicario)

Sentirse abrumado, sin energía, sobrecargado y quemado

Enojo y tristeza


Falta de sentir placer, apático, depresivo, desesperación

Sentirse emocionalmente como los clientes

Sentirse aislado y rechazado por los colegas

Sentimientos de duda propia





Sensaciones cognitivas de trauma vicario

- Tener preocupaciones por los clientes fuera del tiempo de trabajo.
- Pérdida de la esperanza
- Baja satisfacción personal
- Tener creencias que pongan en duda: seguridad, confianza, intimidad y el control.
- Sentirse vulnerable

- Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



Sensaciones conductuales de trauma vicario

- Tener síntomas parecidos a los de sus clientes
- Evitar escuchar la historia de trauma del cliente
- Luchar por mantener los límites profesionales y personales con el cliente
- Meichenbaum (2007) citado por West (2011)



Señales de trauma vicario organizacional (empresa o institución)

- Alta rotación de personal (despidos, renunciaciones continuas)
- Baja moral en el personal
- Ausentismo
- Contagio organizacional



¿CÓMO ENFRENTAR Y PREVENIR EL TRAUMA VICARIO?




¿Cómo enfrentar el trauma vicario?

- Manejarlo en vez de ignorarlo.
- Enfatizar en identificarlo tempranamente.
- Las intervenciones han de ser a varios niveles: personal, apoyo entre colegas y de la organización.
- ABC del autocuidado: conciencia, balance y conexión.
- Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



ABC AUTOCAUIDADO

Meinchembaum (2007) citado por West
(2011)

- A. CONCIENCIA de si mismo
 - B. BALANCE: recordar que el trabajo con trauma no es nuestra vida, mantener límites personales y profesionales.
 - C. CONEXIÓN: Establecer relaciones positivas y de apoyo con nuestros colegas, amigos. Tener una red de apoyo.
- 



AUTOCUIDADO

- Hacer de la vida personal una prioridad
- Hacer psicoterapia
- Tener actividades de descanso y recreación
- Desarrollo espiritual
- Nutrirse a sí mismos (cultivarse a sí mismos)
- Poner atención a la propia salud
- Tener “Día de Spa”.

- Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



APOYO ENTRE PARES Y COLEGAS

- Evaluar área de apoyo y redes de apoyo.
 - Brindar apoyo a otros, pero no sobrepasarse.
 - Desarrollar oportunidades de conexión informal.
 - Participar en acciones comunitarias o colectivas.
 - Continuar aprendiendo.
-
- Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



APOYO DE LA ORGANIZACION

- Supervisión
- Crear foros donde se discuta el trauma vicario.
- Tener horarios flexibles con clientes.
- Manejar límites.
- Brindar capacitación.
- Respetar las decisiones.
- Proveer de beneficios para la salud mental (psicoterapia, tiempo de vacaciones).

- Meinchembaum (2007) citado por West (2011)



FIN DE LA PRESENTACION

➡ “ Si tu compasión no te incluye a ti mismo, es incompleta”

➡ BUDHA



Bibliografía

► Documentos oficiales:

-Naciones Unidas (2000). Protocolo de Estambul. Manual para la investigación y documentación de la tortura y otros malos tratos o penas.

Artículos:

-Boscham, Pedro. El dominio de la contratransferencia o el laberinto del Minotauro. En: International Forum Psychoanalytic 7 (257-262).1998

-Boscham, Pedro. Transferencia y contratransferencia en el diario clínico de Sandor Ferenczi. En: Instituto de Desarrollo Psicológico. Indepsi. Ltda. ALSF-Chile. Recuperado 09/09/2017.

-Pano, Cristina. Trauma y contratransferencia en la obra de Sandor Ferenczi. En: Instituto de Desarrollo Psicológico. INDEPSI. LTDA.ALSF. Chile. Recuperado 09/09/2017.



Bibliografía

- West, Myra (2011). Vicarious trauma and resilience. En: Res_Coping_with_VT-508.PDF. Recuperado el 09/09/2017.
- Recursos:
- <https://www.itss.org/>
- <https://www.isep.es>
- APA DIVISION 56 Trauma Psychology
- Asociación Argentina de Psicotrauma