



La Sombra en la Coterapia

Lic. María Allende y Lic. Claudia Pires

En la co -construcción del vínculo coterapéutico hemos de considerar el trabajo con la sombra de los coterapeutas.

Si bien el término "sombra" es desarrollado por Jung , éste es una figura de influencia para el enfoque gestalt.

Dar lugar a la sombra en la coterapia nos invita a reflexionar con atención y detenimiento sobre aquellos aspectos subyacentes (muchas veces no reconocidos) y que no necesariamente se manifiestan abierta y directamente en el vínculo:

- 1) El poder
- 2) El miedo
- 3) El amor

Éstos son tres ejes fundamentales a través de los cuales podemos mirar un vínculo coterapéutico.

Veamos cómo puede operar el poder en una pareja coterapéutica . En primera instancia, el poder como potencia o capacidad de elección y de encuentro . Quienes deciden cocoordinar un grupo terapéutico son dos personas (de igual o diferente sexo) que se eligen para tal fin. La coterapia emerge como una posibilidad en la que los miembros de la pareja coterapéutica asumen un rol de "poder" al elegir conducir un grupo . Esta temática deja en evidencia la relación simétrica o asimétrica que puede configurarse , según predomine un sentimiento de paridad o de dominación respectivamente.

En una coterapia donde predomina el sentimiento de paridad , cada uno se hace responsable del rol que desempeña ; hay cooperación entre los miembros y éstos son capaces de enfrentar la ambivalencia que puede suscitarse en un vínculo . En una coterapia en la que predomine la dominación de uno de sus miembros sobre el otro , se

La Sombra en la Coterapia
Lic. María Allende y Lic. Claudia Pires

traslada la responsabilidad a sólo uno de sus miembros , con la consecuente subestimación del "dominado", sin dar lugar a la ambivalencia . En una simetría vincular, cada uno logra expresar la ira en forma productiva y directa, mientras que en un vínculo asimétrico signado por la díada dominador -dominado, la ira está destinada a intimidar o avasallar.

El poder tiene un carácter relacional y la distribución del mismo convoca a una actitud de colaboración o competencia.

Respecto del miedo, emoción caracterizada por una sensación desagradable provocada por la presencia de un peligro real o imaginario , podemos afirmar que en la pareja coterapéutica puede manifestarse en relación a la dinámica grupal o en relación al vínculo coterapéutico , y cobrar forma en imágenes de escenas temidas en una u otra área.

Finalmente, considerando el amor en la pareja coterapéutica como un sentimiento soporte del vínculo, puede funcionar como motor o como obstáculo.

¿Cuándo el amor mot oriza un vínculo coterapéutico ? Cuando la coterapia está construida a partir de un encuentro entre dos profesionales que sostienen un

vínculo dialogal, se respetan mutuamente, poseen confianza entre sí , se valoran el uno al otro y tienen una actitud cooperativa.

Pareciera impensable concebir el amor como obstáculo , pero encontramos tres variantes de la manifestación del amor que pueden obstaculizar el vínculo entre coterapeutas: la erotización , la idealización y el sentimiento de lástima . Un vínculo mediatizado por la condición erótica , puede desviarse de su objetivo al convertirse en figura la atracción sexual dominante y pasar al fondo la coordinación de un grupo terapéutico. La idealización de la pareja puede atentar contra la simetría y la

paridad del vínculo, dado que al idealizar, uno de los miembros es colocado en un lugar de superioridad sobre el otro .En relación a la lástima , hemos de distinguir el solidarizarse compasivamente con el otro de experimentar lástima , ya que ésta ubica a quien la siente en un lugar de autovaloración excesiva respecto del otro desvalorizado.

Con lo expuesto vemos que estos tres ejes (poder, miedo y amor) tienen una

La Sombra en la Coterapia
Lic. María Allende y Lic. Claudia Pires

vertiente negativa (en tanto obstaculizadora), como otra positiva (por facilitadora) y que una crisis en la pareja coterapéutica implica la preponderancia de los aspectos obstaculizadores por sobre los posibilitadores. Por ejemplo, la competencia, por sobre la cooperación; la confluencia como modalidad vincular, en lugar de un genuino contacto; la envidia y la rivalidad, por sobre el apoyo cooperativo, etcétera.

El modo de resolución de los conflictos que puedan suscitarse no es tan importante como el ejercicio responsable del rol de los coordinadores.

Los coterapeutas son dos personas distintas que pueden disentir en una o varias cuestiones en relación a la tarea que los convoca. Por lo tanto, los desacuerdos son factibles y hasta inevitables; el asunto será entonces, ver la posibilidad de acuerdo entre las partes, y si éste no es posible, cómo continuar con la diferenciación que marca el desacuerdo.

Es importante que cada uno asuma la responsabilidad de sí mismo, que realice su terapia personal, que el vínculo coterapéutico constituya una alianza entre los coordinadores, que haya limpieza sistemática del vínculo y que supervisen, con cierta regularidad, tanto el vínculo coterapéutico como el proceso grupal.

Finalizando la temática de coterapia, citamos unas palabras de Joseph Zinker, quien destaca la importancia de la estética en el vínculo coterapéutico:

"Cuando una pareja avanza exitosamente ... la experiencia es completa, ... está llena de gracia y buena forma. Las Gestalts incompletas... consumen a la pareja". (Zinker, 2013 p. 73)

Referencias

Ginger (2005): El arte del contacto. Barcelona. España. RBA libros.

Lichtenberg (2008): Psicología de la opresión guía para terapeutas y activistas. Santiago de Chile. Cuatro Vientos.

Pavlovsky, Kesselman, Frydlewsky (2007): Escenas temidas del coordinador de grupos. Buenos Aires. Galerna.

Robine (2000): Contacto y relación en psicoterapia: reflexiones sobre terapia gestalt. Santiago de Chile. Cuatro Vientos. Cap.10.

La Sombra en la Coterapia
Lic. María Allende y Lic. Claudia Pires

Souto y otros (2004): Grupos y dispositivos de formación. Buenos Aires. Argentina. Novedades Educativas. Colección Formación de Formadores (Tomo 10). Cap. 4.

Zinker (1997): El proceso creativo en la terapia Gestáltica. Buenos Aires. Argentina. Paidós. Cap. 7.

Zinker (2013): En busca de la buena forma. México. Instituto Humanista de Sinaloa.

