

Seminario “El Uso terapéutico del *self* como herramienta en Terapia Ocupacional” (1)

28 de marzo de 2014

Jorge Pérez Corrales. Terapeuta Ocupacional. Unidad de Hospitalización Breve del Complejo Asistencial Benito Menni de Cienfuegos. Prof. Asociado. Dpto. Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Medicina Física y Rehabilitación. Univ. Rey Juan Carlos.

En múltiples escritos acerca de la profesión se hace referencia al arte y la ciencia de la terapia ocupacional. Según Joyce Cary, “*todo arte es la combinación de un hecho con el sentimiento que suscita*” por lo que *a semejanza del artista, el terapeuta parte de sus propios sentimientos, y utiliza su propio estado de ánimo como instrumento terapéutico* (1).

Acorde a las raíces humanistas de la profesión, y siguiendo los postulados rogerianos sobre la relación terapéutica, las cualidades o requerimientos básicos que debe poseer un terapeuta son la autenticidad, la empatía y el respeto. Esto implica:

- Ser genuino y mantener una coherencia entre lo que se siente, se piensa y se actúa.
- Tener la habilidad de colocarse en el lugar del otro: de sentir y entender el sentimiento y sus repercusiones en la otra persona sin confluir en exceso ni perderse en la relación terapéutica.
- Aceptar a la persona sin establecer juicios de valor.
- Creer que la persona puede mejorar e interesarse realmente por ella.

Otro de los pilares básicos es el buen manejo de la contratransferencia, entendida ésta como el sentimiento o emoción que el cliente despierta en el terapeuta, ya sea de forma consciente o inconsciente. Para tal fin, el autoconocimiento del propio terapeuta es la herramienta fundamental que evitará volcar sus deseos, miedos, inseguridades y/o limitaciones en el proceso terapéutico de la persona.

Desde terapia ocupacional se considera que el uso terapéutico del *self* es una intervención específica en sí misma, definiéndolo como el *uso planificado de la personalidad*,

introspección, percepciones y juicio del profesional de terapia ocupacional como parte del proceso terapéutico (2) y siendo identificado por la mayoría de los profesionales como el factor más determinante de un resultado exitoso de la terapia (3, 4).

El objetivo del taller es realizar una aproximación práctica al uso de uno mismo en la intervención de terapia ocupacional. Reflexionar sobre cómo influye nuestra propia personalidad en el proceso terapéutico de las personas con las que desarrollamos nuestra labor profesional.

Bibliografía:

1. Pérez J. Intervención desde terapia ocupacional en los trastornos de la personalidad. En: Gómez C. Intervención desde terapia ocupacional en salud mental. Barcelona: Monsa – Prayma ediciones; 2013. p. 355 – 370.
2. Polster, E.; Polster, M. Terapia guesáltica: perfiles de teoría y práctica. 2ª ed. Buenos Aires: Amorrortu; 2008.
3. Ávila Álvarez, A., Martínez Piedrola, R.; Matilla Mora, R.; Máximo Bocanegra, M, Méndez Méndez, B.; Talavera Valverde, MA et al. Marco de Trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional: Dominio y proceso, segunda edición [Traducción]. www.terapia-ocupacional.com [portal en Internet]. 2010 [consultado: 8-abril-2012]; [85]. Disponible en: <http://www.terapia-ocupacional.com/aota2012esp.pdf>. Traducido de: American Occupational Therapy Association (2008). Occupational therapy practice framework: Domain and process (2nd ed.).
4. Taylor R. The Intentional Relationship: Occupational Therapy and Use of *Self*. Philadelphia: F.A. Davis Company; 2008.
5. Taylor RR. Uso del “*Self*” en Terapia Ocupacional: creando relaciones intencionales. [Traducción]. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2011 [23/03/2014]; 8(13): [29p]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num13/pdfs/modelotaylor0.pdf>