

SETTING: Nuestras Transacciones Más Allá de las Palabras

Amaia Mauriz Etxabe¹

Resumen

La importancia del setting para el logro de una psicoterapia exitosa radica en el mensaje que transmitimos a nuestros clientes/pacientes más allá de nuestras palabras. El setting interno y externo aporta a nuestros clientes las transacciones más constantes y estables, con las cuales podemos comunicarles nuestra apertura, respeto y disponibilidad para conocer su experiencia, sus necesidades y sus sentimientos.

El setting significa y representa el espacio seguro dentro del cual él o ella pueden experimentar y expresar todo lo que necesiten explorar acerca de su mundo interior.

Palabras Clave: Setting, transacciones, grupo emergente, redecisión, diada Terapeuta-Cliente

Setting: Our Transactions Beyond Words

Abstract

The relevance of the setting for a successful therapeutic intervention lies in the message which is transmitted to our clients beyond our words. Our internal and external settings are the more constant and stable transaction to our client with whom we can communicate our openness, respect and willingness to know their experience, needs and feelings.

The setting represents the secure space within which she/he can experience and express, whatever is needed to explore her-his inner selves.

Key words: Setting, transactions, emergent group, redecision, dyad Therapist-Client

Territoire Berne :Débat sur l' état des États de l' Ego

Résumé

L' importante du setting pour la réussite d' une psychothérapie avec du succès se trouve dans le message que nous transmettons à nos clients/ patients au- delà de nos paroles. Le setting interne et externe apporte à nos clients les transactions les plus constantes et établies, avec lesquelles nous pouvons leur communiquer notre ouverture , respect et disponibilité pour connaître leur expérience , leurs besoins et leurs sentiments.

Le setting signifie et représente l' espace sûr où lui ou elle pourront expérimenter et exprimer tout ce qu' ils aient besoin pour explorer au sujet de leur monde intérieur.

Mots-clé: Setting, transactions, emergent groupe, redecision, dyade Thérapeute-Client.

¹Amaia Mauriz Etxabé, Bios, Psicólogos. C/Bertendona nº1 3ºizda. 48008 Bilbao. E-mail . bios@bios-psicologos.com

A menudo cuando enseñamos a jóvenes psicoterapeutas, o a analistas transaccionales a desarrollar y utilizar los métodos propios de la clínica o de las otras áreas de aplicación ponemos el énfasis en los conceptos más relevantes del A.T., y en su correcta comprensión y uso.

Enfatizamos, lógicamente, el conocimiento y diagnóstico de los Estados del Yo, el Análisis de las Transacciones, la observación de los patrones de Caricias, y, aún más importante, el estudio sistemático e indagación y cura del Guión de Vida de nuestros clientes.

Pero a menudo también damos por hecho, o al menos ponemos poca atención a la enseñanza y comprensión e importancia del encuadre.

El cuidado del setting o encuadre supone un cambio esencial para el buen desarrollo y el éxito de cualquier aplicación terapéutica, y es muy relevante para toda intervención en el campo de las relaciones humanas en el ámbito profesional, bien sea este en el ámbito de la clínica, en counselling, como en el ámbito educativo o/y organizacional.

Es el setting cuidadoso lo que ofrece y muestra a nuestros clientes un marco de trabajo seguro y estable que hará posible toda intervención asistencial.

El concepto de setting hace referencia a todos los elementos estables que están en la base de toda relación terapéutica.

Es por tanto algo que concierne a:

1. Los aspectos materiales y escénicos de la intervención.
2. Los aspectos relativos al contrato
3. El setting interno: Que alude a la actitud esencial del/la psicoterapeuta ante su cliente.

En este artículo planteamos que el setting representa y se refiere a las transacciones implícitas y que da muestra de la coherencia del mensaje en Psicoterapia.

Consideramos también una idea central recordar que el setting en AT, es evidentemente un setting relacional, recordando que Berne (1961) en el "Hola" define el AT como:

"Un sistema de psicoterapia basado en el análisis de las transacciones que se producen durante las sesiones de tratamiento..... es una teoría de la personalidad basada en el riguroso análisis de transacciones".

1.- Los aspectos materiales y escénicos de la intervención.

El lugar del encuentro: ha de ser un espacio tranquilo, estable y preferentemente vital pero armónico. Un espacio que comunique a nuestros clientes más allá de las palabras la sensación de estar a salvo, seguros y en "su terreno". El uso de la luz, los colores, así como el tono de voz y la distribución flexible del espacio van a constituir, junto con el lenguaje corporal y la mirada de la/el terapeuta, el primer y más constante mensaje de aceptación y respeto que constituirá la base de una relación segura que ya desde su primer encuentro se manifiesta como un "Yo bien/Tú bien", que es la base filosófica del A.T. y cuyo mensaje se ha de comunicar de una forma constante y estable, más allá de las palabras explícitas y desde los aspectos más elementales de la relación terapéutica y/o cualquier otra intervención que impliquen el uso del Análisis Transaccional.

Con el tiempo, a medida que las sesiones se repiten (o los encuentros de trabajo en organizaciones y educación) el escenario de la intervención quedará **INVESTIDO** para nuestros clientes de una sensación de seguridad, asociado a las sensaciones allí

experimentadas y constituirá tanto un escenario físico, cuando la acción/intervención se produce y también como un escenario mental que ayudará a repensar, recordar, elaborar o incluso REDECIDIR fuera del momento real en que la intervención se está produciendo de forma efectiva.

Tanto el espacio como el/la analista transaccional que han comunicado a través de (y en) un setting cuidadoso un mensaje congruente que implica Permisos para ser, para mostrarse, para pensar, para sentir... quedarán internalizados y asociados a la Protección y la Potencia que nuestros clientes necesitan para el cambio, y que han sido experimentados en ese setting específico. (J. Allen, 1972).



Figura 1: Setting en Psicoterapia

Este específico setting tendrá así un efecto beneficioso y estable, constituirá una especie de remanso en la memoria que permanece con nuestros clientes más allá del propio momento del encuentro.

Esta afirmación es especialmente cierta y potente cuando nos referimos al setting que acompaña al trabajo grupal.

En éste los elementos que la propia energía de los miembros del grupo aportan, ofrecerá también en la memoria de nuestros clientes un recuerdo de escenas, sentimientos y emociones compartidas que facilitan a la persona recordarse desde diferentes sensaciones asociadas a la experiencia y desde los diferentes Estados del Yo allá experimentados, compartidos e incluso descubiertos.

El Setting físico, constituye así un anclaje en la memoria del paciente o cliente que significa y evoca el cambio, la esperanza y el crecimiento, ya que es el espacio el que elicit sin

palabras (al recordarlo y no solo al utilizarlo) la memoria de la sintonía experimentada, o de la implicación del/la terapeuta.

2.- Los aspectos relativos al contrato

Que se refieren tanto al coste económico, de energía, de tiempo y de implicación mutua. Significa por tanto el ACUERDO básico de las personas comprometidas en invertir, cada una desde su diferente rol, de forma clara, concreta y ética, que garantiza el conocimiento de ambas de que es lo que ambas aportarán, con la finalidad de la resolución de los objetivos de una de las partes (paciente o cliente).

De nuevo el setting se refiere también al tiempo, dinero y estructura que implica el encuentro voluntario de dos personas adultas (Berne 1961) que tienen una relación contractual que previene de Juegos Psicológicos y juegos de poder.

Dado que hay situaciones especiales respecto al acuerdo económico, de estructura o de tiempo, es importante que ambas partes tengan conciencia clara de las motivaciones propias que a cada una de las partes de esta relación le hace implicarse en la misma.

(Esto vale para acuerdos de voluntariado, colaboraciones de investigación o muchas otras aplicaciones especiales, así como aquellos casos en que el/la cliente no realiza la demanda de la intervención, hecho que se da ocasionalmente en clínica o counselling, pero que constituye un amplio porcentaje de las intervenciones que se llevan a cabo en educación así como en organizaciones.

En todos estos casos dedicar el tiempo suficiente a concretar y aclarar los objetivos y metas será esencial, tanto por el encuadre contractual tan central en Análisis Transaccional, como para garantizar una implicación real por ambas partes, que aporte una mentalidad saludable a la intervención al menos en el sentido de la “profilaxis” ante posibles juegos de poder y/o evitar en lo posible el comenzar la relación desde una situación simbiótica y de desigualdad (Yo bien/Tu mal) tan característica y asimétrica como era en otras fórmulas de tratamiento más médico de la vieja escuela de relación médico/paciente.

3.- El Setting interno: Que alude a la actitud esencial del/la psicoterapeuta ante su cliente.

En este sentido es importante destacar que el setting en A.T. desde los inicios de la formación que recibí hace más de 25 años tiene algunos elementos de actitud esencial que aún hoy siguen siendo centrales a la relación clínica: el respeto profundo del otro, desde la premisa de que el ser humano tiende por naturaleza a la salud, y que lo que se denominó patología responde a la adaptación creativa, al ajuste que la persona tuvo que realizar en sus circunstancias especiales específicas para resolver los problemas, dificultades, carencias y/o experiencias traumáticas que vivió en su proceso de crecimiento.

Esta premisa nos permite ir a la persona en su conjunto, poner el énfasis en sus recursos y habilidades, y por tanto buscar al adulto y a las capacidades de maduración y crecimiento.

Cuando el/la psicoterapeuta se coloca internamente en esta premisa las operaciones terapéuticas en general, y la confrontación en particular, así como el modo de establecer contratos de cambio (bien sean pequeños contratos de proceso, como contratos más amplios basados en los anteriores) se convierte en una intervención conjunta donde el/la clínico y su cliente forman un “equipo” con una sólida alianza terapéutica que van a permitir una combinación aparentemente paradójica de NEUTRALIDAD terapéutica e IMPLICACIÓN simultáneamente.

Quizá nos preguntemos cómo es posible que la/el clínico pueda establecer un setting interno en que comunique a su cliente ésta aparente dicotomía. La respuesta en cambio es sencilla: Implicación consiste en reconocer, en validar, “estar de parte de” nuestro cliente, en un sentimiento profundo de respeto y de sintonía con su estilo cognitivo, con sus afectos, con su ritmo, y principalmente con su nivel de desarrollo evolutivo, esto es sintonizar y

respetar la edad evolutiva del momento fijado del Estado del Yo, a menudo mucho más temprano que la edad cronológica que la persona con la que estamos trabajando tiene en la realidad. Y sin duda para encontrarnos con ese nivel y momento evolutivo necesitamos hacer acopio de toda la NEUTRALIDAD terapéutica profunda la cuál consistirá en asumir que en realidad no sabemos apenas nada de esa persona a la que estamos escuchando y con la que estamos estableciendo una relación de ayuda.

La neutralidad significa por tanto no tomar ninguna posición predeterminada, no juzgar, y no interpretar al otro sino INDAGAR en su experiencia, INDAGAR en sus vivencias y en su historia, indagar en el significado que les atribuye y tratar de comprender con él o con ella que mecanismos de manejo fueron adoptando para poder adaptarse mejor a sus circunstancias y necesidades. INDAGAR y tratar así de entender y comprender juntos cliente y terapeuta, a qué función sirvió cada uno de sus síntomas, dificultades o incluso aquellos Juegos Psicológicos que aprendió y desarrolló.

Implica también *“poner atención a los aspectos relacionales e incluso intercambios corporales que ocurren durante la terapia, porque dan una idea de la transferencia, y esta nos da una vía más rápida de acceso al inconsciente”*. (Cornell y Rossi, 2008) y por tanto esto nos ofrecerá una vía más rápida también para acercarnos a las memorias implícitas y relacionales. Todo ello es parte esencial del setting interno del/la terapeuta.

De esta forma, ambas partes están creando un setting compartido de cooperación que permitirá entender el significado profundo, de todo lo que acontece en el proceso terapéutico. No solo de aquello que la persona trae como síntoma y como objetivo de cambio, sino también aquellas situaciones transferenciales que potencialmente puedan obstaculizar o desviar la terapia, creando cuando menos situaciones de impasse, y que invitarán en el peor de los casos a una respuesta contratransferencial que “golpee en la misma herida”, es decir que pueda reforzar las decisiones y conclusiones del Guión de Vida de la persona.

Si adoptamos un encuadre interno donde la indagación fenomenológica, e histórica, se unan a la indagación transferencial, donde las propias evocaciones, y reacciones contratransferenciales del/la psicoterapeuta se pongan al servicio de la relación, y puedan ser hablados, e incluso si es adecuado trabajadas con técnicas específicas como la silla vacía, o técnicas psicodramáticas, y donde el/la terapeuta pone su experiencia en estos métodos al servicio del “reciclaje” del conflicto transferencial/contratransferencial, nos encontraremos con que muchos de los Juegos Psicológicos que pueden aparecer en el marco de la intervención terapéutica (u otras) y que contienen patrones relacionales aprendidos en el escenario familiar o infantil original del/la cliente, y que son por tanto aspectos relacionales profundamente transferenciales y arcaicos, estos terminarán por ofrecer un magnífico material de autoobservación y crecimiento al ser abordados por el “equipo” terapeuta-paciente que miran juntos (y trabajan activamente) la escena que les concierne. El/la paciente puede descubrir, comprender y rededir aspectos esenciales y antiguos de sus patrones de transacciones, caricias y manejo de emociones, actualizándolos desde una perspectiva más adulta y saludable, desde el hoy.

En este sentido hay que admitir que este abordaje que explicado contiene el desarrollo y aprendizaje de muchos años de práctica clínica, de formación y de supervisión continuada. Lo cual ha sido y es también parte importante de un setting interno profesional, como una especie de higiene, de profilaxis interna continuada que me permita mantener una perspectiva profesional adulta y descontaminada, y como forma de preservar la propia protección y potencia del terapeuta, así como el propio compromiso con la salud. Una de las frases que más puede impactar de Berne en este sentido es:

“El primer deber del analista transaccional es mantenerse sano: dormir lo suficiente, no estar bajo el influjo de droga alguna, llevar una vida sexual y satisfactoria, hacer ejercicio al aire libre. Cuidar del único receptáculo conocido para la psique humana” (E.Berne, 1968).

Este compromiso profesional ha formado, y forma parte intrínseca de una forma de estar ante la situación terapéutica, y ha producido y promovido al mismo tiempo importantes cambios en lo que al setting se refiere, respecto a lo que en la formación inicial se daba como parte del encuadre correcto en A.T. y que tenía que ver con la confrontación inmediata de los Juegos Psicológicos, así como de los indicios simbióticos, evidencias de contaminación de pensamiento o cualquier incongruencia que se percibiese en el mensaje y transacciones del/la cliente. Este estilo de confrontar directo y firme era muy acorde a la época y a la búsqueda de abordajes cognitivos y conductuales, preferentemente breves, y con un estilo contractual más rígido y muy basado en el constante Análisis Funcional de la conducta.

Sin negar la importante función dinámica y esperanzadora, una función de compromiso y responsabilidad compartida, que tuvo muchos aspectos beneficiosos, hoy tenemos que añadir que la desventaja de este enfoque fue que se perdió en muchas ocasiones la comprensión profunda de la estructura, y de su función más allá de lo que el Análisis Funcional/conductual permitía ver, y que también para numerosos pacientes o clientes significó una evolución, pero fué también vivido a menudo cada confrontación tan directa que parecía suponer una crítica a la propia identidad o al propio estilo con lo que nos encontramos con algunas personas que desarrollaron formas más saludables de adaptación, una filosofía más saludable, pero sólo abordaron el cambio a un nivel cognitivo. Novellino (2008) afirmó que: *“la importancia y significado de los conceptos será minimizada si estos no logran hacer impacto en nuestra forma de trabajar con nuestros clientes”*.

Así vemos que quedó por abordar el efecto de los mandatos, creencias, emociones reprimidas o fijadas en el cuerpo y/o en sus hábitos de relacionarse con otros y con el mundo, en los aspectos más sutiles pero profundos y estables.

En este sentido el Análisis Transaccional Integrativo ofreció un paso más allá de las palabras, un contrato más allá del contrato y un setting interno que permite la calma y el tiempo del encuentro con el otro en su propio ritmo, del encuentro con el otro en el escuchar las transacciones de su cuerpo, en sus inhibiciones, en sus huidas y en todo aquello que por lo sutil podía ir, y necesitaba ir, mucho más allá del contrato explícito Adulto-Adulto.

Finalmente decir que el grupoanálisis y el psicodrama ofrecen el estilo de estar grupal en que entender las dinámicas de los miembros del grupo, el concepto del **emergente grupal** y el *método de la dramatización* como espacio de juego lúdico, de experimentación y de resolución de las escenas primarias de los miembros, y donde el concepto del tratamiento del individuo en el grupo, a través de trabajar transacción por transacción, se enriqueció y completó al entender que todos los Estados del Yo de los miembros del grupo y su historia individual pueden ser dramatizados, escuchados y producir así un estilo de crecimiento nuevo donde no solo existe la terapia del individuo en el grupo, o la terapia del grupo por el grupo, sino que también existe la terapia del grupo a través del individuo y a que éste es el emergente de la escena grupal, *porque no hay individuo que pueda resolver, abordar o trabajar contenidos que carezcan de sentido y de resonancia para el nivel de evolución y de contenidos de los restantes miembros del grupo que lo componen*.

En definitiva, tanto en el setting grupal como el individual, mantener el foco interno de las “hambres” básicas e inherentes a todos ser humano: el hambre como imperativo psicobiológico e imprescindible irrenunciable de estímulos, el hambre de relación y el hambre de estructura, y su impacto en los Estados del Yo, y en el proceso evolutivo de la persona con el compromiso constante de proveer de un marco de trabajo relacional y físico que comunique seguridad, sensación de estar a salvo en lo más primario y en lo relacional será el

mensaje, la transacción constante sin palabras que tanto desde el setting externo como interno podemos proveer a nuestros clientes y que mostrará con evidencia la congruencia de nuestro mensaje terapéutico.

REFERENCIAS

- Allen, J. (2003). *Biological Underpinnings of treatment approaches*. Transactional Analysis Journal. (1) 23-31.
- Allen, J.R., & Allen, B.A. (1972). *Scripts: "The Role of Permission"*. Transactional Analysis Journal Volume of Selected Articles: 1971-1980. 2(2), 72-74.
- Berne, E. (1964). *Juegos en que participamos*. México: Diana (33-38).
- Berne, E. (1975). *Qué Dice Usted Después de Decir Hola*. España: Grijalbo (57-118).
- Berne, E. (1983). *Principios de Tratamiento de Grupo*. España: Grijalbo (317-325).
- Cornell, W., Landaiche, M. (2008). *Nonconscious process and self-development: Key concepts from Eric Berne and Christopher Bollas*. Transactional Analysis Journal, 38 (3) 200.
- Cornell, W.F., (1986). *Setting the Therapeutic Stage: The Initial Sessions*. Volume of Selected Articles 16(1) 4-10.
- Erskine, R. & Moursund J. (1998). *Integrative Psychotherapy in Action*. New York, Gestalt Journal Press.
- Foulkes, S.H. (1975). *Group-Analytic Psychotherapy Method and Principles*. London: H. Karnac.
- Ligabne, S. (2007). *Being in Relationship: different languages to understand Ego States, Script and the Body*. Transactional Analysis Journal. 37 (4), 294.
- Moreno, J.L. (1987). *Psicoterapia de Grupo y Psicodrama*. México: Fondo de Cultura y Economía. 33 (2), 178.
- Moursund, J., Erskine, R. (2004). *Integrative Psychotherapy: The art and science of Relationship*. Canada: Thonson//Brooksllole.
- Newton.T. (2006). *Script, Psychological Life Plans, and the Learning Cycle*. Transactional Analysis Journal. 36 (3), 186.
- O'Reilly-Knapp, M., Erskine, R. (2003). *Core Concepts of an Integrative Psychotherapy Analysis*. Transactional Analysis Journal. 33 (2) 168-177.
- Steiner, C. (2003). *Core Concepts of a Stroke-Centered Transactional Analysis*. Transactional Analysis Journal. 33 (2), 178.
- Tossi, M.T., Cassoni, E., Cavllero, G., Moiso, C., Novellino, M., Quagliotti, L., Rossi, S. (2008). *Perspectives on Theories of the Unconscious in Transactional Analysis*. Transactional Analysis Journal. 37 (4), 294.
- Wadsworth, D., Divicenti, A. *Core Concepts of Transactional Analysis: An Opportunity Born of Struggle*. 33 (2), 148.