

## Reseña

# "La Fortaleza del Psicoterapeuta: La Contratransferencia" de José de Jesús González Núñez

Paloma Angélica de Hinojosa Vallejo<sup>1</sup>

### Introducción

La psicoterapia, como encuentro humano profundo, se nutre de la relación terapéutica. En esta dinámica interpersonal, la contratransferencia, entendida como el conjunto de emociones, pensamientos y reacciones que el terapeuta experimenta en respuesta al paciente, emerge como un fenómeno complejo y crucial. En su obra "La Fortaleza del Psicoterapeuta: La Contratransferencia", publicada originalmente en 1989, José de Jesús González Núñez se adentra en este territorio intrincado, ofreciendo una exploración detallada y esclarecedora sobre la naturaleza de la contratransferencia, su impacto en el proceso terapéutico y las estrategias para su manejo efectivo. González Núñez, incansable estudioso de la psicodinamia, nos muestra que el tema sigue siendo una referencia fundamental en el campo de la psicoterapia.

### Resumen de la obra

A lo largo de su libro, González Núñez aborda la contratransferencia desde una perspectiva multifacética, que abarca tanto sus aspectos teóricos como prácticos. El libro se estructura en torno a una exploración progresiva de la contratransferencia, desde su conceptualización hasta su manejo y las implicaciones para la fortaleza del terapeuta.

Desde la introducción de la obra, González Núñez nos hace ver que la contratransferencia es una reacción emocional que le ocurre al psicoterapeuta, dicho por el autor:

...es lo que éste siente hacia sus pacientes en la psicoterapia psicoanalítica –ya sea individual o grupal-, producto de su historia, complejos, cultura, aparato psíquico, etcétera, y también lo que el paciente le hace sentir objetivamente con su personalidad y su transferencia (p. 11).

A continuación, se presenta un resumen por capítulo:

En el primer capítulo: Psicoterapia, reparación y contratransferencia; se lleva a cabo un análisis del concepto de la terapia psicoanalítica. Se discuten las opiniones de diversos autores sobre los objetivos de la psicoterapia y sus limitaciones, así como una presentación de los principios metapsicológicos relacionados con su significado. En relación a estos objetivos, se proponen las funciones reparadoras y sublimatorias del psicoterapeuta, tanto en lo que respecta a sus pacientes como a su propia persona. La capacidad de un paciente para ser analizado abarca tanto sus potencialidades reparadoras y sublimatorias como la habilidad contratransferencial, ya sea

<sup>1</sup> Paloma Angélica de Hinojosa Vallejo, PhD. Coordinadora de la Licenciatura en Psicología. Universidad Marista de Querétaro, México. Líneas de investigación: psicología educativa, psicología clínica, psicología organizacional y tecnologías aplicadas al aprendizaje. Correo de contacto: [coord.psicologia@umq.maristas.edu.mx](mailto:coord.psicologia@umq.maristas.edu.mx)

consciente, preconscious o inconsciente, del yo del psicoterapeuta.

En este sentido, el autor se dedica a clarificar y conceptualizar la contratransferencia, diferenciándose de otros conceptos afines como la psicoterapia psicoanalítica, la reparación, la sublimación y la transferencia. En este sentido, el autor menciona que la psicoterapia psicoanalítica:

es un método de tratamiento para desórdenes psíquicos o corporales, principalmente de índole emocional... que utiliza medios psicológicos donde se privilegia la comunicación verbal... aquí el proceso de comunicación no verbal, preverbal o paraverbal es de índole sustancial e inherente al propio método psicoterapéutico... se busca un beneficio, una mejoría en el estado general del paciente de tal forma que sus dolencias psíquicas y físicas disminuyan, se retarden, o desaparezcan (p. 16).

Con respecto a la reparación y la sublimación, explica que:

La capacidad reparatoria se encuentra muy próxima de la capacidad sublimatoria del Yo, dado que la sublimación es un proceso donde la energía asociada a contenidos reprimidos se libera y se dirige a metas constructivas y reconstructivas socialmente aceptadas por el Yo (p. 24).

Asimismo, con respecto a la transferencia señala que:

Es un tipo terapéutico característico de la relación de objeto que consiste, como sabemos, en poner en la persona del terapeuta sentimientos en el presente que no le corresponden y que en la realidad son desplazamientos de afectos del pasado hacia sus objetos importantes (p. 25).

Y siguiendo con la conceptualización de la contratransferencia, menciona que

es un tipo de relación de objeto muy característico, pero que está matizado de todas las características que conceptúan a las relaciones de objeto, y también en sus funciones yóicas removidas, aunque con un Yo observador y un inconsciente disciplinado como garantía de profesionalismo (p. 27).

En el segundo capítulo: *Los impulsos, su influencia en la reparación contratransferencial*; se aborda de manera teórica la conexión entre las ideas de impulso, relaciones objetales, sublimación, reparación y contratransferencia, presentando un estudio basado en un cuestionario de opinión distribuido a 30 psicoterapeutas que están en ejercicio profesional. La encuesta se refiere a los temas mencionados anteriormente.

Con respecto al impulso, González Núñez hace la aclaración de que, en los inicios del psicoanálisis, fue utilizado como sinónimo de instinto, sin embargo, este último tiene una connotación más biológica que psicológica, por tanto, el impulso se aplica más en los seres humanos. Dicho desde Sigmund Freud (1915, p.15) el fin del impulso “es la cosa en la cual o por medio de la cual puede el instinto alcanzar la satisfacción” (citado por González, p. 32).

También en éste capítulo se puede reflexionar sobre la primera clasificación de los impulsos (de vida y de muerte), las etapas por las que cruza y las defensas implicadas (desplazamiento, sublimación, transformación en lo contrario) en éste proceso; entre ellos, la identificación, entendida como la incorporación de cualidades de un objeto externo significativo. En la elección de objeto (psicoterapeuta), la identificación narcisista es revelada. González Núñez señala:

así podemos suponer que un paciente elige directamente al psicoterapeuta porque lo conoce de manera personal, o indirectamente porque pide referencia de él a alguien que lo conoce; en ambos procesos se involucra una elección narcisista (p. 37).



Varo, R. (1960) *Mujer saliendo de psicoanalista* [Óleo sobre tela]. Museo de Arte Moderno, Ciudad de México, México.

En el tercer capítulo: *Contratransferencia*. *Investigación entre una paciente adolescente y una paciente adulta en psicoterapia*; se expone un estudio acerca de la contratransferencia generada por una joven adulta y una adolescente, las cuales son examinadas por la misma psicoterapeuta, quien se encuentra en proceso de supervisión.

La supervisión de casos es un proceso que puede provocar en el supervisado mucha ansiedad, debido a

que implica la posibilidad de que se está realizando un mal trabajo psicoanalítico, en perjuicio de su paciente, ya sea porque éste le represente una figura del pasado (Reich, 1951), o porque existan en él escotomas emocionales que no le permitan manejar y ayudar a su paciente a resolver ciertas emociones como la rabia, el miedo, los celos, el resentimiento, etc. (p. 51).

La contratransferencia puede ser un fenómeno vivido como obstáculo (resistencia), o bien, si es superado lo anterior, puede ser útil “como instrumento de diagnóstico preciso y valioso tanto para el estudioso del psicoanálisis y de las relaciones humanas como para el analista aplicado y los pacientes mismos” (p. 52).

En el cuarto capítulo: *Contratransferencia y abandono*; se examina el fenómeno de la contratransferencia a partir de la supervisión del terapeuta novel. Se clarifica el término dentro de una unidad funcional y se investiga más a fondo a través de la literatura. Luego se establece que la contratransferencia puede ser una fuente de errores frente a perspectivas fragmentadas, al igual que su utilidad como herramienta en psicoterapia, además de su valor como medio de diagnóstico y sublimación. En este análisis se aplica específicamente a la descripción de pacientes que han sido abandonados, que son comunes en la práctica psicoterapéutica, y a las respuestas contratransferenciales únicas que estas situaciones provocan en el terapeuta.

Un aspecto destacado del presente capítulo es el análisis de los factores que influyen en la contratransferencia. González Núñez examina cómo la historia personal del terapeuta, sus experiencias previas, sus propios conflictos y su estilo de personalidad pueden moldear sus reacciones emocionales hacia los pacientes. Además, el autor subraya la importancia del contexto terapéutico en la modulación de la contratransferencia, incluyendo elementos como el tipo de paciente, el encuadre de la terapia y la etapa del tratamiento.

En palabras de Greenson (1978)

La contratransferencia puede verse a través de algunos de los aspectos que comprenden la relación de objeto; esto se puede apreciar en forma de sentimientos, pulsiones, deseos, temores, fantasías, actitudes e ideas o defensas contra ellos (citado por González, p. 67).

En el quinto capítulo: *La contratransferencia como instrumento diagnóstico y de investigación*; se examina la contratransferencia como herramienta de diagnóstico, enfatizando la importancia científica de la perspectiva controlada del psicólogo profesional y el beneficio que el estudio de esta tiene para el paciente. Además, se señala la inquietud que genera la contratransferencia, aunque se sostiene que los datos tienen un valor diagnóstico significativo.

En ese sentido, enfatiza que la contratransferencia no debe ser considerada como un obstáculo o un error que deba evitarse, sino más bien como una herramienta valiosa para comprender mejor al paciente y la dinámica terapéutica. Al ser consciente de sus propias emociones y reacciones, el terapeuta puede obtener información valiosa sobre el mundo interno del paciente, sus patrones de relación y sus necesidades emocionales. En este sentido, cuando se maneja de manera adecuada, puede ser una fuente invaluable de información sobre el paciente y la relación terapéutica. El terapeuta puede utilizar esta

información para ajustar su enfoque y mejorar la efectividad del tratamiento.

En el sexto capítulo: *Los procesos de identificación; resonancia y contratransferencia*; se realiza un análisis y categorización de los mecanismos de identificación para clarificar en un futuro, a lo largo del proceso terapéutico, de qué manera en la conexión entre el paciente y el terapeuta, así como en la transferencia y contratransferencia, el terapeuta también experimenta procesos de identificación con su paciente, especialmente las identificaciones por resonancia, por lo que se señala la importancia de investigar este tema.

En el séptimo capítulo: *La contratransferencia y el acting out en la relación psicoterapéutica*; se presenta una evaluación del término contratransferencia desde diferentes enfoques metapsicológicos: dinámico, económico, estructural, genético y adaptativo, también se examina el concepto de acting out. Se define el acting out contratransferencial como una manifestación de la personalidad del terapeuta, independiente del tratamiento del paciente. Asimismo, se incluye un estudio sobre la conducta contratransferencial tanto agresiva como erótica, lo que abre la puerta a futuras investigaciones en esta área.

Finalmente, el octavo capítulo: *La contratransferencia en la psicoterapia de grupo*; se presenta una perspectiva sobre la contratransferencia en grupos, una temática relevante en el presente y que, sin duda, conservará su importancia en el futuro.

González Núñez nos acerca a la contratransferencia en los grupos psicoterapéuticos, a través de definir primero el concepto de grupo desde Slavson (1976), que nos refiere:

El grupo es una reunión de tres o más personas denominados pacientes; tres o más porque si bien es cierto que dos personas forman un grupo, no lo forman en el sentido grupal, pues un paciente y el terapeuta hacen

una diada propia para psicoterapia individual, reunión más o menos permanente y voluntaria (citado en González Núñez, 2006).

Asimismo, González Núñez refiere las propiedades y fenómenos comunes en los grupos: antecedentes, comunicación grupal, interacción grupal, interestimulación, atmósfera grupal, las simpatías y las antipatías espontáneas, cohesión, polaridad, inducción mutua, identificación, asimilación, intensificación emocional y los tres tipos de roles. En cuanto al Liderazgo, el autor explica que “el psicoterapeuta asume el rol de líder formal y contratransferencialmente debe estar capacitado para ejercerlo de una manera plástica para beneficio del grupo” (p.150).

Para finalizar el capítulo, González Núñez manifiesta el perfil ideal que debiera poseer el psicoterapeuta de un grupo. Sin embargo, a través de los ocho capítulos del libro se logra elucidar la revisión del concepto de contratransferencia, desde diversas miradas del autor. Es así que explora las diversas manifestaciones de la contratransferencia, que pueden incluir desde sentimientos positivos como la empatía y el cariño, hasta emociones más desafiantes como la frustración, la rabia o la ansiedad.

### **Conclusión**

La "La Fortaleza del Psicoterapeuta: La Contratransferencia" es una obra pionera y valiosa para psicoterapeutas en formación y profesionales con experiencia. Ofrece una visión integral de la contratransferencia, desde su conceptualización hasta su manejo, y destaca su importancia para la relación terapéutica y el bienestar del terapeuta. El libro es un referente fundamental en el campo de la psicoterapia.

González Núñez logra un equilibrio entre la teoría y la práctica, utilizando ejemplos clínicos y viñetas para ilustrar los conceptos. Su lenguaje es claro y accesible, lo que facilita la comprensión de un tema complejo. Sin embargo, al ser una obra de 1989, algunos conceptos y enfoques podrían ser matizados

a la luz de la investigación actual. González Núñez propone una serie de estrategias y técnicas que los terapeutas pueden utilizar para desarrollar una mayor conciencia de sus propias reacciones emocionales, regular sus emociones de manera efectiva y utilizar la información derivada de la contratransferencia en beneficio del paciente. Entre estas estrategias, se encuentran la autoobservación, la reflexión, la supervisión y el análisis personal.

Esta obra es de gran relevancia tanto para psicoterapeutas en formación como para profesionales con experiencia. Les brinda herramientas para fortalecer su bienestar emocional, mejorar su práctica clínica y prevenir el desgaste profesional. En definitiva, es un libro que contribuye a promover una psicoterapia de calidad y un cuidado integral de los terapeutas.

### **Referencias bibliográficas**

- González Núñez, J. de J. (1989). *La fortaleza del psicoterapeuta: la contratransferencia*. México: Instituto de Investigación en Psicología Clínica y Social.
- González Núñez, J. D. J. (2006). *La fortaleza del psicoterapeuta: la contratransferencia: (2ª ed.)*. Instituto Politécnico Nacional.