

PROCESO FRÁGIL.

Por Margaret S. Warner, PhD.

"Fragile Process" fue publicado en "New Directions in Client-Centered Therapy: Practice with Difficult Client Populations", Ed. Lois Fusek, Monograph Series 1, Chicago Counseling and Psychotherapy Center. (1991)

Traducción: Luis Robles Campos (*).

INTRODUCCIÓN.

Muchos clientes tienen un estilo frágil de procesar su experiencia, lo que les hace difícil trabajar en formatos estándar de psicoterapia. A menudo, los terapeutas encuentran difícil entender las experiencias de estos clientes y se sienten frustrados en sus esfuerzos terapéuticos. Habitualmente, tales clientes son diagnosticados como borderline, narcisistas, o con desorden de personalidad esquizoide; y se considera que utilizan defensas arcaicas como splitting e identificación proyectiva. Un estilo de trabajo centrado-en-el-cliente es particularmente eficaz con estas personas, una vez que el terapeuta está capacitado para comprender la clase de experiencias que ellas tienen mientras están en medio de un proceso frágil.

En este escrito describiré el proceso frágil, ofreciendo especulaciones de las raíces de su desarrollo, y considerando qué clases de interacciones es probable que sean más efectivas en la psicoterapia. Para el logro de una explicación más simple, describiré el proceso frágil como un solo fenómeno. Debe tenerse presente, sin embargo, que las personas experimentan un proceso frágil en diversos grados y que pueden tener un estilo frágil de procesamiento para algunos aspectos de su experiencia pero no para otros.

DESCRIPCIÓN DE PROCESO FRÁGIL.

Los clientes que tienen un estilo frágil de procesamiento experimentan asuntos esenciales a muy altos o muy bajos niveles de intensidad. Ellos tienden a tener dificultad para empezar y detener experiencias que son personalmente significantes o emocionalmente conectadas. Y es probable que tengan dificultad en tomar el punto de vista de otra persona mientras permanecen en contacto con tales experiencias. Por ejemplo, un cliente puede hablar circunstancialmente la mayor parte de la hora de terapia y sólo conectar con un sentimiento subyacente de rabia muy al final de ésta. Y aún en este punto, él puede sentirse incapaz de sacar la rabia en una forma que le permitiría retornar al trabajo terapéutico. Entonces, puede pasar horas dando vueltas intentando manejar la intensidad del sentimiento. El cliente puede ser capaz de hablar sobre sus sentimientos de rabia al terapeuta y desear realmente que éstos sean entendidos y confirmados. Pero aún los comentarios del terapeuta para explicar la situación o las discrepancias entre ambos, serán sentidos por el cliente como esfuerzos del terapeuta para aniquilar su experiencia.

Las respuestas de comprensión empática a menudo son la única clase de respuesta que las personas pueden recibir mientras están en medio de un proceso frágil, sin sentirse traumatizados o desconectados de su experiencia. La presencia continua de una persona contenedora y empática es esencial para la habilidad del cliente de permanecer conectada sin sentirse abrumada. En cierto sentido, los clientes que están en medio de un proceso frágil están preguntando si su manera de experimentarse a si mismos tiene el derecho de existir en el mundo. Cualquier comentario inadecuado de su experiencia o sugerencias para que ellos miren su sentir de una manera diferente, es experimentado como una respuesta que "niega" tal asunto.

Los clientes con un proceso frágil de baja intensidad son propensos a experimentar sus reacciones personales como tenues sombras emocionales, como hilos de experiencia que apenas pueden cogerse y sostenerse. Si son distraídos o contradecidos, es probable que renuncien a la idea que tales experiencias tengan alguna importancia. Los comentarios del terapeuta que intentan ofrecer consejos de ayuda o insight, es probable que causen que el cliente se desconecte.

Los clientes que experimentan un proceso frágil de alta intensidad sienten su experiencia muy intensamente y a menudo quieren ser entendidos y que se confirme la validez de su experiencia. Sin embargo, cualquier comentario inadecuado o incomprensión acerca de su experiencia la pueden sentir como una violación. Por ejemplo, un cliente que dice que se siente "irritado" puede sentirse profundamente incomprendido si el terapeuta dice que entiende que él está "enojado". Otras clases de comentarios interpretativos o consejos probablemente serán experimentados como invalidando la experiencia en su conjunto.

Los arreglos físicos de las sesiones de terapia pueden afectar las habilidades de los clientes de permanecer conectados con su proceso frágil. Saber que las sesiones tendrán lugar a la misma hora del día, el mismo día de la semana, que empezarán de la misma forma, que los arreglos físicos de la habitación permanecerán igual, a menudo ayuda a los clientes a permanecer con su proceso frágil. Cambios que podrían ser insignificantes bajo otras circunstancias pueden romper completamente la habilidad de un cliente de trabajar terapéuticamente. Por ejemplo, encontrarse en una oficina distinta, o a una hora diferente, puede ser experimentado por el cliente como una destrucción del contexto terapéutico, sin que tenga certeza alguna de si éste podrá restaurarse. Por otro lado, los clientes que experimentan un proceso frágil a menudo sienten la necesidad de tener un control considerable sobre los arreglos de las sesiones. Estar dispuesto a ajustar la duración de las sesiones, disponiendo las sesiones en ciertos momentos del día, o arreglar el cuarto de un modo que se sienta confortable, puede permitirle a un cliente conectar con el proceso, lo que de otro resultaría imposible.

Los clientes que tienen un estilo frágil de procesamiento a menudo sienten sus vidas como caóticas o vacías. Si los clientes con un proceso frágil de alta intensidad elijen permanecer conectados con su experiencia en sus relaciones personales, probablemente se sentirán violados y no comprendidos la mayor parte del tiempo. Cuando ellos expresan sus sentimientos, seguramente las demás personas en sus vidas los ven como irracionalmente enfadados, susceptibles, y tercos. Es probable que estas personas, en respuesta hacia ellos, reaccionen con molestia y rechazo, reforzando el sentido de los clientes de que hay algo definitivamente mal acerca de su existencia. Los clientes que continúen expresando sus sentimientos probablemente estén propensos a tener continuamente relaciones volátiles, o una sucesión de relaciones que empiezan bien y que pronto se estropean. Por otra parte, si ellos pierden el interés de conectarse o de expresar sus reacciones personales, es probable que se sientan inmovilizados o interiormente muertos. Muchos alternan, aferrándose a sus reacciones mientras se sienten progresivamente incómodos y, luego, explotando con rabia hacia aquellos que les rodean.

Es probable que los clientes con un proceso frágil de baja intensidad tengan dificultad en darse cuenta o tomar sus reacciones personales en serio. Cuando ellos expresan sus reacciones, a menudo lo hacen de modos sutiles e indirectos. Seguramente, se sentirán desairados e interrumpirán sus conexiones personales antes de que los otros se den cuenta de que un problema serio estaba envuelto. Simplemente, permanecerán apartados la mayor parte del tiempo, viviendo vidas que son aparentemente funcionales, pero carentes de vitalidad. Los clientes con un proceso frágil de baja intensidad pueden no saber realmente que hay una alternativa a una existencia opaca y ligeramente depresiva.

DESARROLLO DEL PROCESO FRÁGIL.

La habilidad para procesar la experiencia involucra un complejo set de habilidades intrapsíquicas que se desarrollan durante la niñez temprana. En un sentido básico, toda persona viva procesa, ya que todas las personas tienen experiencias que van cambiando con el tiempo. (Mi pensamiento sobre el procesamiento experiencial está fuertemente influenciado por el trabajo de Eugene Gendlin, el cual explora la compleja relación entre el significado sentido de las personas y la explicitación verbal de la experiencia). Yo creo, sin embargo, que el procesamiento más complejo requiere una habilidad básica: la habilidad de mantener en la atención las experiencias personales relevantes de una manera aceptante. Los niños, al principio, tienen capacidades muy limitadas para contener sus experiencias por sí solos, y desarrollan su capacidad para hacerlo en la interacción con adultos contenedores. Esto comienza con la interacción no-verbal en la infancia. Los padres "suficientemente buenos" conectarán con las experiencias de los niños y las conducirán a varios tipos de juegos no verbales, mientras les ayudan a evitar los extremos de experiencias intensas de alta o baja intensidad. (Stern, 1985). Los niños pueden ser bastante buenos en obtener este tipo de empatía no verbal desde los adultos que aún no tienen experiencia en ella. Los adultos también brindan empatía verbal a las experiencias de los niños cuando comienzan a comentar las reacciones de éstos, mucho antes que los niños sean capaces de entender las palabras. Después de oír como sus experiencias son comentadas por otros, durante un periodo de tiempo, los niños empezarán a etiquetar sus propias experiencias (Stern, 1985). Inicialmente, este proceso será bastante primitivo y global, después mucho más sutil y complejo. A medida que los niños crecen, desarrollan un sentido de cómo experiencias particulares encajan mejor en una identidad personal, familiar, y cultural.

Cuando los niños han aprendido a contener sus experiencias con el apoyo de adultos preocupados y empáticos, empiezan a internalizar esta capacidad y a atender sus propias experiencias de una manera aceptante. Una vez que esta habilidad de contener su experiencia se ha desarrollado, otras capacidades experienciales tienden a desarrollarse naturalmente. Durante el período de latencia y la adolescencia, los niños se vuelven gradualmente capaces de regular sus reacciones emocionales, y cambiar sus estados de ánimo cuando es situacionalmente adecuado. Llegan a ser capaces de darse cuenta de sus propias experiencias, cambiar para ponerse en el lugar de las experiencias de otras personas, y utilizar esta información para revisar su propia experiencia. Son capaces de considerar sus reacciones inmediatas a la luz de los significados personales y culturales de otros y permitir que estos significados tengan un impacto en sus experiencias.

Si los adultos significativos están agobiados o preocupados con sus propias necesidades, no pueden comprometerse en una contención suficientemente empática de las experiencias de sus hijos. Pueden ser indiferentes o responder a sus niños principalmente en términos de cómo éstos les hacen sentirse a ellos. Si los adultos están evitando enfrentar ciertos problemas en su propia vida - tales como alcoholismo o infelicidad matrimonial - pueden distorsionar sistemáticamente las explicaciones de aquellas experiencias que sus niños tienen y que amenazarían su rechazo. Los niños pueden desarrollar una inversión de las relaciones objetales con sus padres, en las cuales los niños ponen aparte sus propias reacciones para ayudar a evitar las experiencias de fragmentación en sus padres. (Gracias a Ronald Lee por esta apreciación). Cuando los niños no han tenido un sostén empático de sus experiencias, por parte de sus padres, el desarrollo de otras capacidades experienciales probablemente estará comprometido. Las experiencias que no se han contenido tienden a sentirse irreales, fuera de control, o dañinas. En lugar de aprender a procesar sus reacciones personales a las situaciones, los niños empiezan a suprimir sus experiencias o a sobrerreaccionarlas sin entender sus propias

motivaciones. Con el tiempo, es probable que estos niños desarrollen un sentimiento global de vacío o desvalorización.

INTERACCIÓN TERAPÉUTICA CON UN PROCESO FRÁGIL.

Idealmente, la terapia con adultos que tienen un estilo frágil de procesamiento, crea el tipo de contención empática que estuvo ausente en las experiencias de la niñez temprana de los clientes. Si el terapeuta permanece empáticamente conectado a las experiencias significativas de los clientes, es probable que los éstos sientan la satisfacción resultante de permanecer con sus experiencias de una manera aceptante. Inicialmente, esto tiende a ser una clase muy ambivalente de placer, ya que estas experiencias en sí, a menudo, son dolorosas, y el cliente probablemente se convencerá que son vergonzosas y que les pueden producir daño a ellos mismos y a los demás. Los clientes pueden sentir la necesidad de poner a prueba a los terapeutas de varias maneras, antes de confiar que éstos pudieran relacionarse con sus experiencias o creer que sus vivencias pudieran tener algún valor. Ellos pueden temer que el expresar sus experiencias los haga vulnerables a la manipulación y al control del terapeuta, o que éstas tengan el poder de agobiar y dañar al terapeuta. Con el tiempo, sin embargo, es probable que encuentren que sus reacciones tienen más sentido de lo que ellos pensaron y que sus sentimientos, aparentemente inexorables, pasan por varias clases de cambios positivos y resoluciones.

La terapia eficaz con el proceso frágil requiere un alto nivel de habilidades de escucha. Los clientes necesitan mucho más que una presencia aceptante. Necesitan saber que sus terapeutas han captado lo que ellos están sintiendo e intentando expresar. Los terapeutas necesitan estar particularmente atentos cuando los clientes tienen experiencias para las cuales aún no tienen palabras. Si los terapeutas crean un espacio para esto que es poco claro aún, es probable que los clientes encuentren sus propias palabras para explicar la experiencia. (Por ejemplo, el terapeuta podría decir: "Algo sobre eso se siente incómodo, pero usted no está bastante claro qué es", y el cliente podría decir entonces: "Sí, es un tipo de sentimiento triste, desamparado..." (Vea Gendlin, 1964). Por otro lado, si el terapeuta completa el significado, el cliente probablemente se sentirá incomprendido y enfadado, o dejará de buscar las palabras correctas para expresar la experiencia.

Los clientes en medio de un proceso frágil a menudo cuentan historias que indirectamente expresan su temor a que su experiencia no tenga ningún derecho a existir en el mundo. A veces, estas historias expresan la sensación de desesperación y de vergüenza de los clientes, cuando otras personas están disgustadas con ellos. En otros momentos, los clientes se extenderán ampliamente para explicar que ellos han hecho todo lo posible en una situación y que los otros no han hecho nada para ayudar o que activamente han empeorado situación. Los terapeutas a menudo se sienten incómodos con la extremadamente baja o alta asertividad de los clientes acerca de sus propias necesidades mientras expresan tales historias. Ellos pueden sentirse impulsados a tranquilizar a los clientes aduciendo que no hay ninguna razón para sentirse avergonzados. U ofrecen consejos a los clientes sobre cómo pudieran mirar la situación de un modo distinto o sobre cómo podrían manejarla más asertivamente.

Los clientes en medio de un proceso frágil habitualmente no son receptivos a tales consejos y probablemente se sentirán heridos e irritados cuando se les ofrecen. Ellos sencillamente sólo están pidiendo que se acepte su experiencia de la situación. Y, cuando los terapeutas son capaces de sostener tales experiencias con los clientes, ellos están dirigiéndose al problema que es más fundamental: la incertidumbre de sus clientes acerca de si tienen el derecho a tener tales experiencias. Una vez que los clientes se sienten más interiorizados en su

experiencia de la situación, naturalmente adoptan una visión que equilibra sus necesidades en las situaciones con los demás. Empezarán a discutir sus situaciones con otros, tomando puntos de vistas alternativos y volviéndose más asertivos.

Típicamente, los clientes tienen algunos temas o situaciones de vida que son mucho más frágiles que otros. Es probable que los clientes se expresen de manera mucho más clara, segura y aparentemente racional acerca de aspectos de sus vidas que son menos delicados. A menudo, cuando los asuntos son críticos, los clientes se expresarán indirectamente - con comentarios indirectos mientras dejan la sesión, exponiendo temas sumergidos en las largas historias, o con comentarios hechos muy tentativamente y casi inmediatamente negados. Tal falta de concreción es una razón por la que los clientes que tienen un proceso frágil a menudo se sienten incomprendidos. Los terapeutas pueden fácilmente perder intentos que sus clientes hacen para comunicar sus experiencias críticas, y entonces se encuentran con que sus clientes dejan la terapia o parecen no estar haciendo ningún progreso.

Los terapeutas que prestan una íntima atención al proceso del cliente, normalmente pueden aprender a descifrar su comunicación muy eficazmente. Cuando los clientes muestran señales de estar en medio de un proceso frágil, sus terapeutas deben intentar entender qué sentimientos permanecen como modos de comunicar que no tuvieran derecho a existir. Es probable que los clientes alternen entre seguir estilos de vida que niegan tales experiencias, y otros que intentan afirmar su derecho a existir en el mundo. Cuando los terapeutas entienden los problemas de interés, es probable que encuentren que con una buena interacción, más acerca la conducta de sus clientes les hace sentido. A su vez, es probable que sus clientes se sientan más plenamente comprendidos. De manera bastante natural, los terapeutas se empiezan a percatar de los esfuerzos más ocultos e indirectos de sus clientes de reafirmar su derecho a tener una presencia experiencial en el mundo.

Cuando los clientes empiezan a ser capaces de contener y procesar sus experiencias frágiles en la terapia, es probable que se sientan muy confiados en el terapeuta por un período de tiempo. En esta fase, la presencia empática del terapeuta es esencial para la habilidad de los clientes de contener su experiencia sin sentirse traumatizados. Es como si el terapeuta sostuviera una máscara de oxígeno para clientes que pasan el resto de la semana esforzándose en respirar. Muy sensiblemente, los clientes pueden odiar terminar las sesiones y tomar conciencia del tiempo que tienen que pasar sin estar en contacto con el terapeuta. Gradualmente, sin embargo, los clientes son capaces de contener sus experiencias por períodos más largos de tiempo entre sesiones. A menudo, tener varias sesiones a la semana les ayuda a no perder el sentido de conexión entre cada una de ellas. En esta fase 'entre sesiones', los clientes pueden reconectarse con su habilidad de contener su experiencia recordando la imagen del terapeuta de varias maneras. Contactos telefónicos breves, oír grabaciones de la voz del terapeuta, tener un objeto que pertenece al terapeuta, o sentarse afuera de la oficina del terapeuta pueden ayudar a rememorar la experiencia de la terapia.

PROCESO FRÁGIL Y PSICOLOGÍA DEL SI MISMO.

Muchas ideas desarrolladas por Heinz Kohut (Kohut, 1984) encajan bien con un modelo de proceso frágil. Varios escritores han notado que el énfasis de Kohut en la empatía, en el trabajo con clientes narcisistas, se acerca notablemente a las actitudes de Empatía, Congruencia y Aceptación Positiva Incondicional que mucho antes, Carl Rogers (1957) había propuesto en la psicoterapia para todos los clientes. La discusión de Kohut de las transferencias objetales-del-sí-mismo captura la intensa dependencia que los clientes sienten mientras ellos están en medio de un proceso frágil. Kohut fue el primero teórico en entender realmente la manera en que los clientes pueden necesitar usar al terapeuta como un Yo-Auxiliar, durante

algún período de tiempo. Sus discusiones acerca de la empatía capturan vívidamente el sentido de violación que los clientes que experimentan un proceso frágil pueden sentir cuando ellos son incomprendidos por sus terapeutas.

Las contribuciones de Kohut han sido sumamente útiles a muchos terapeutas centrados-en-el-cliente para entrar en un entendimiento más profundo de las experiencias de sus clientes en terapia. Por otro lado, la teoría de Kohut es mucho menos elaborada que la tradición centrada-en-el-cliente respecto de la naturaleza de la empatía, las formas en que la ésta puede ser expresada más eficazmente, y las clases de procesamientos del cliente que probablemente puedan ser adoptados en una relación de comprensión empática.

Mientras que Kohut vio su pensamiento como una extensión del psicoanálisis, sus ideas resultaron algo incómodas dentro de tal modelo. La mayoría de los psicoanalistas intentan evitar satisfacer los deseos infantiles de sus clientes y confían en la interpretación para facilitar la toma de conciencia y el cambio. Kohut sugirió que, cuando están involucrados problemas pre-edípicos, el terapeuta necesita reproducir una serie de funciones parentales que el cliente no tuvo tempranamente en su vida, adoptando transferencias objetales del sí mismo similares con el terapeuta.

Al sugerir que elementos positivos del estilo de interacción del terapeuta potencian los procesos de cambios naturales y autodirigidos en el cliente, Kohut está expresando ideas que son mucho más compatibles con el modelo de terapia centrado-en-el-cliente que uno psicoanalítico. Por supuesto, él moderó esto sugiriendo que esta posición no interpretativa y empática debería adoptarse sólo mientras los clientes están tratando asuntos pre-edípicos y debería ser descartada con los clientes más avanzados. De algún modo, los esfuerzos de Kohut por hacer su pensamiento compatible con la teoría psicoanalítica pueden haber impedido un amplio desarrollo de un modelo internamente-consistente de psicoterapia con los clientes narcisistas.

INTERPRETACIÓN DEL PROCESO FRÁGIL COMO DEFENSA ARCAICA.

Muchos terapeutas interpretan las reacciones negativas del terapeuta como resultado de una comunicación inconsciente por parte de los clientes, quienes son vistos como usando defensas arcaicas, como la identificación proyectiva (Kernberg, 1975). Inicialmente, los terapeutas se sienten incómodos estando con clientes que están en medio de un proceso frágil. Ellos pueden sentir que los clientes son desconectados y aburridos, que están perversamente indispuestos a recibir las intervenciones de ayuda o que están irracionalmente enfadados acerca de rupturas menores en el proceso de terapia. Ellos pueden concluir entonces que el cliente, inconscientemente, quiere que el terapeuta se sienta incómodo para que pueda entender cuán aburrido y frustrado está o cómo se ha estado sintiendo en su vida.

Yo creo que es sabio ser bastante conservador sobre tales juicios cuando los clientes están experimentando un proceso frágil. Los clientes habitualmente sólo están intentando sostener sus propias experiencias e impidiendo que éstas se salgan de control. Los clientes generalmente no tienen ningún deseo particular de que el terapeuta se sienta frustrado o sin control del proceso. De hecho, a menudo sienten terror de sobrecargar o dañar a los terapeutas debido a su relación con ellos. Yo creo que la incomodidad del terapeuta normalmente aparece por una de estas dos razones: (1) El terapeuta no entiende el proceso del cliente y, por consiguiente, experimenta a los clientes como perversamente frustrantes e irracionales, o (2) El terapeuta tiene problemas no resueltos de control y dependencia que están ligados a las necesidades de los clientes. Adoptar la conclusión que los clientes quieren inconscientemente crear sentimientos de incomodidad en el terapeuta, puede fácilmente impedir que los terapeutas traten

de entender sus propias reacciones y las de sus clientes. En el proceso, esto puede impedir la empatía que es tan esencial a estos clientes.

Hay ocasiones en que los clientes que tienen un proceso frágil están, intencionalmente, intentando crear sentimientos negativos en sus terapeutas. Yo creo que esto se entiende mejor como estrategias interpersonales secundarias al proceso frágil, en lugar de considerarlas como defensas inconscientes. Los clientes, usualmente están intentando encontrar formas de manejar sus intensas necesidades de apoyo por parte del terapeuta. Ellos pueden intentar probar al terapeuta con conductas negativas para averiguar si es probable que el terapeuta los deje, antes de arriesgarse a la intensa dependencia que se producirá si ellos confían sus delicadas experiencias. Una vez ellos están en una relación íntima con el terapeuta, pueden intentar encontrar maneras indirectas de recibir más ayuda cuando se sienten agobiados. O, pueden querer expresar el resentimiento de que ellos sufren mucho dolor y abandono en la relación de terapia y el terapeuta no parece sufrir en absoluto.

Mientras tanto, es importante que los terapeutas entiendan que sus clientes pueden estar teniendo estas clases de reacciones; y no tiene ningún sentido interpretar esto como motivaciones inconscientes del cliente. Como siempre, los terapeutas necesitan estar seguros que cuidan de las necesidades de sus clientes en la relación terapéutica, para que ellos no se sobreexiendan y para no generar que éstos se resientan. En un clima comprensivo, los clientes hablarán sobre sus motivaciones subyacentes, cuando esto sea relevante para ellos.

Muchos terapeutas interpretan las reacciones de los clientes en medio de un proceso frágil como "splitting" y asumen que el cliente tiene dificultad para integrar aspectos positivos y negativos en una sola imagen. Por consiguiente, los terapeutas sienten que es importante señalar el otro lado de cada problema, por ejemplo, que las personas idealizadas por el cliente son falibles y que aquellos hacia los que el cliente siente rabia tienen también calidades positivas (Kernberg, 1975). Es bastante probable que los clientes idealicen a un terapeuta que está exitosamente conectando con su proceso frágil. Y también es muy probable que ellos sientan rabia hacia otras personas en sus vidas por quienes se sienten incomprendidos y maltratados. Por otro lado, también es probable que los clientes cambien y estén extremadamente molestos hacia el terapeuta, cuando se sientan incomprendidos y maltratados en esa relación.

Yo creo que la dificultad principal que los clientes con un proceso frágil tienen, es no poder contener su propia experiencia, en lugar de una dificultad para integrar aspectos positivos o negativos en una sola gestalt. De hecho, la habilidad de contener la propia experiencia puede ser un precursor esencial de la habilidad para formar una compleja e integrada visión de uno mismo y de los otros. Las reacciones intensas, positivas o negativas, hacen sentido cuando son vistas desde la perspectiva del cliente perspectiva de los clientes en medio de un proceso frágil. Una vez que los clientes han ganado una sensación de seguridad en su habilidad de contener sus experiencias, la capacidad de integrar aspectos positivos y negativos de si mismos y de los otros se desarrolla por si misma. Los clientes tienden a hacerse más interesados en comprender las experiencias de otros, y se tornan más capaces de usar esa experiencia para modificar la comprensión de sus propias situaciones. En la medida que ellos se vuelven capaces de contener y afirmar sus reacciones, serán menos propensos a sentirse desechados y violados por las reacciones de otras personas hacia ellos. Ellos se tornarán más capaces cambiar desde sus propios puntos de vista y los de los demás, o para posponer interacciones que podrían manejarse con más efectividad momentos más tarde.

CONCLUSIÓN.

Mientras el concepto de proceso frágil puede ser usado dentro de varias modalidades de terapia, encaja más cómodamente dentro de la tradición centrada-en-el-cliente. Un proceso frágil parece ser engendrado por un fracaso de la empatía durante el desarrollo temprano, y puede ser asistido, casi exclusivamente, por la participación en una clase de relación no intrusiva y empática, característica de la terapia centrada-en-el-cliente. Las intervenciones que pueden ser útiles con otras clases de clientes en varias modalidades de terapia parecen impedir la habilidad de los clientes de sostener una experiencia frágil.

REFERENCIAS.

- **Gendlin, E. T. 1964.** A Theory of Personality Change. In P. Worchel and D. Byrne (eds.) Personality Change. New York: Wiley.
- **Kernberg, O. 1975.** Borderline Conditions and Pathological Narcissism. New York: Jason Aronson.
- **Kohut, H. 1984.** How Does Analysis Cure? Chicago: University of Chicago Press.
- **Rogers, C. 1957.** The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. Journal of Consulting Psychology, 22, 95-103.
- **Stern, D. 1985.** The Interpersonal World of the Infant. New York: Basic Books.

Margaret Warner puede ser ubicada en mwarners@ripco.com.

(* **Luis Robles Campos.**

Psicólogo - Universidad de Tarapacá. Arica - Chile.

Focusing Trainer - Acreditado por Focusing Institute, New York.

luisrobles1977@gmail.com