

CGO - LA NUEVA PSICOTERAPIA

La restricción que impuso la cuarentena nos obligó a buscar alternativas a nuestro trabajo.

En Espacio Olazábal, desde hace más de 10 años trabajamos con un equipo atendiendo y supervisando pacientes en Cámara Gesell, personalmente, hace más de 20 años que atiendo y superviso casos de este modo.

Este es y ha sido un modo maravilloso de ver pacientes, supervisar casos, intercambiar conocimiento con colegas y entrenar terapeutas que se inician en el modelo. Por lo que puedo asegurar que Cámara Gesell es “la herramienta” que te convierte en terapeuta.

En el consultorio, el psicólogo, con más o menos rigor científico, puede hacer casi cualquier cosa, nadie tiene más autoridad que él ahí dentro, y sobre todo, nadie lo controla. Muchos pacientes aceptarán sus intervenciones, ya que no tienen los elementos para evaluar la calidad de terapia que están recibiendo, salvo por su sentido común, que si bien no es poca cosa, de ninguna manera es suficiente como para evaluar si se trata de un tratamiento adecuado.

Por lo antedicho Cámara Gesell es un dispositivo crucial. Desde que ocurrió este fenómeno de la pandemia y su consecuente cuarentena, todas estas vías fueron cerradas.

Algunos de nosotros, los que ya teníamos alguna formación en el trabajo on line, pasamos a agendas de trabajo en forma remota. Para muchos pacientes resulta útil y también para el terapeuta. También hay que decir que por distintas razones el uso de Cámara Gesell On line no siempre es posible y a veces incluso, no es conveniente. Ahora, cuando sí es posible, es más cómodo y los horarios son más flexibles.

Aprendimos a usar plataformas como Zoom, Meet o Teams, para poder agruparnos y dar cursos virtuales en vivo.

Lo que quiero compartirles hoy es que en Espacio Olazabal fuimos un poco más lejos, tomamos el desafío y nos animamos a **innovar**, por eso desarrollamos un modo de atención a pacientes en CÁMARA DE GESELL ONLINE (CGO), para poder supervisar y seguir con la **excelencia en la atención de pacientes y formación de terapeutas**.

A través de esta CGO, hemos logrado hacer reuniones de profesionales, atender y supervisar al paciente en vivo, al igual que en modo presencial.

No necesitamos trasladar al equipo de profesionales. Cada uno desde su computadora, se conecta: equipo, paciente y terapeuta. Podemos atender de igual modo con una mayor llegada y un menor costo.

Por ejemplo, estamos viendo una pareja, cuyos miembros están momentáneamente separados, uno viviendo en Buenos Aires y el otro en una provincia del centro del país. La sesión se da en un encuentro con ambos, el terapeuta y el equipo de profesionales, provenientes también diferentes partes. Siempre manteniendo la confidencialidad de todo el equipo lo cual es el eje fundamental de nuestra ética profesional, desde luego, el paciente está informado que hay un equipo presente, y nos da su consentimiento, inclusive por escrito.

A veces se nos pregunta si el paciente se siente cómodo o se ve muy expuesto en este sistema y es interesante ver que los terapeutas son quienes en general se ven más invadidos en su intimidad y en consecuencia, creen que sus pacientes también lo estarán. La experiencia me indica que en la medida que los terapeutas se familiarizan con esta modalidad todo se vuelve mucho más sencillo.

Sabemos que muchos ojos y oídos ven y escuchan más que dos, y por eso el equipo. Algunos se preguntarán cómo influye el uso del equipo en la alianza terapéutica.

La alianza terapéutica, sigue siendo central en este, como en cualquier tipo de psicoterapia. En la primera entrevista tomamos contacto con el paciente, y es ahí cuando él o ella nos conoce y evalúa, es durante ese encuentro cuando debemos lograr el suficiente rapport con el paciente como para que quiera que sigamos en su tratamiento después, dado que el coordinador lo derivará luego con otro terapeuta.

En nuestra modalidad de trabajo, un coordinador hace la primera entrevista, y ya en ese momento se empieza a crear la alianza terapéutica. Luego el paciente es derivado a otro terapeuta, con lo cual al ofrecerle la posibilidad de continuar su tratamiento utilizando la CGO, en forma seguida o alternada.

Si el paciente acepta esta modalidad se genera la idea de continuidad, tanto con el coordinador, que estará “detrás de cámara” como con el terapeuta que continuará el caso.

La experiencia (que es muy poca todavía) nos indica que se sienten más acompañados que invadidos. Reitero que se les asegura la confidencialidad, al igual que en cualquier otro formato de terapia.

La CGO es una herramienta maravillosa para trabajar con el equipo y ofrecer planes solidarios como los que manejamos en Espacio Olazábal, ya que los costos para los terapeutas son mucho menores. No tienen que alquilar consultorio, no tienen que trasladarse.

Somos pioneros en llevar Cámara Gesell a otro nivel, adaptándonos a las circunstancias por las cuales el mundo está atravesando y nos sentimos muy orgullosos de nuestro equipo y de nuestro modo de encarar los desafíos.

Estamos dando nuestros primeros pasos y queremos compartir este camino que nos parece muy rico y que puede generar desarrollos increíbles, tanto para los terapeutas, como para mejoría de los tratamientos, y en consecuencia para los pacientes.

Es impredecible, al menos para mí, cómo seguirán nuestros trabajos. Imagino que iremos a un modo combinado de hacer las cosas, la tecnología aplicada llegó para quedarse, pero también la necesidad de la integración de lo más específicamente humano, seguramente volverá a ocupar el lugar que siempre tuvo.

Creo personalmente que la incorporación de esta tecnología, es un gran aporte al modo de tratamiento, entrenamiento y supervisión en psicoterapia. Más aún, me da la impresión de que puede generar una nueva corriente psicoterapéutica, mucho más controlada, cuidada y eficaz.

Los aliento a todos, terapeutas y pacientes a que nos llamen, nos conozcan y continuemos desarrollando esta nueva modalidad de Psicoterapia. Nuestra sede es en Belgrano (CABA) pero lógicamente hoy estamos sólo en forma virtual, en todas las redes:

Facebook: www.facebook.com/espacioolazabal

Instagram: @espacioolazabal

www.espacioolazabal.com.ar

info@espacioolazabal.com.ar

+54911 5059-1378

Buenos Aires, 17 de junio de 2020

Lic. Cristina Benchetrit

M.N.: 10707