

## Uso de la alineación de posiciones perceptuales del terapeuta dentro del vínculo psicoterapéutico individual

Diego Abel Argentino

Contacto: [diegoargentino@live.com.ar](mailto:diegoargentino@live.com.ar)

---

**Resumen:** El presente artículo describe, en el marco de la Programación Neuro Lingüística, la experiencia realizada en una muestra de cinco terapeutas a los que se les administró la técnica de la Alineación de las Posiciones Perceptuales en relación con uno de sus pacientes. El objetivo del estudio realizado fue observar si esta práctica, creada por Connirae Andreas, tiene efectos subjetivos respecto de cómo experimenta el terapeuta el vínculo psicoterapéutico. Con este fin se realizó un muestreo de cinco casos con terapeutas pertenecientes a Espacio de Crecimiento en la localidad de Adrogué, Provincia de Buenos Aires, Argentina. El criterio de elección de estos casos fue que los terapeutas manifiesten sentirse perturbados en algún modo por sus pacientes. A partir del trabajo realizado, consideramos que la técnica resulta de gran utilidad para bajar el nivel de perturbación emocional del psicoterapeuta, facilitando el vínculo terapéutico saludable. Nos parece pertinente continuar investigando en la materia. Los interrogantes que proponemos para estudios posteriores son: ¿Puede servir esta práctica en la

reducción del stress del terapeuta? Especialmente en el caso de áreas de trabajo de mayor riesgo como ser pacientes psiquiátricos, en riesgo, adictos y trastornos de la alimentación. ¿Puede esta técnica auto administrarse con efectividad?

**Palabras Clave:** PNL, Alineación de Posiciones Perceptuales, Vínculo Terapéutico

**Title:** Using the alignment therapist perceptual positions within the individual psychotherapeutic link.

**Abstract:** The Perceptual Position Aligning technique was applied to a sample of therapists in the frame of Neuro-linguistic Programming. The aim is to observe if this practice has any subjective effects on how the therapist experience the psychotherapy bond. As a result, the research shows that the technique is of a great utility to diminish the level of emotional perturbation of the psychotherapist and to promote a healthy therapy bond.

**Keywords:** NLP, Perceptual Position Aligning, Psychotherapy Bond

---

La experiencia humana es decodificada por el cerebro como una experiencia sensorial a través de los cinco sentidos. Cada canal sensorial tiene diferentes maneras de construir un mapa interno de lo percibido. Este mapa puede ser preferentemente visual, auditivo o cenestésico. Cada uno de estos canales está compuesto por diversas submodalidades, unidades de análisis de

la experiencia. La Programación Neuro Lingüística ha descubierto que estas submodalidades determinan gran parte de nuestra experiencia emocional.

Podemos sentirnos mejor o peor con sólo modificar algún aspecto cualitativo de lo que percibimos, aunque se mantenga el contenido de lo percibido. Por ejemplo: Una foto en blanco y

negro no transmite emocionalmente lo mismo que la misma fotografía impresa en color. La PNL también desarrolló formas de manipular estas submodalidades para modificar nuestros estados de ánimo.

Teniendo en cuenta que la experiencia que tiene el psicoterapeuta en su labor, es también decodificada en canales y submodalidades, podemos decir que a medida que transcurre el tiempo, se va construyendo un mapa del vínculo con el consultante. Este mapa excede al momento en el que el paciente se encuentra en el consultorio. Permanece dentro de la mente del psicoterapeuta, generando emociones y sensaciones que pueden perturbar o facilitar el quehacer psicoterapéutico.

Connirae Andreas creó una técnica para diagnosticar y modificar las submodalidades más importantes dentro del vínculo entre dos personas. El efecto de esta intervención es mejorar la experiencia subjetiva que alguien tiene acerca de un vínculo en particular en el sentido de sentirse más cómodo y a gusto en dicha relación. Incluso, si esta técnica se administra con asiduidad, puede mejorar el mapa interno que un sujeto tiene de los vínculos interpersonales en general.

Esta investigación se centró sobre estas submodalidades que tienen lugar en la tarea psicoterapéutica. Nos propusimos medir el impacto subjetivo que tiene la administración de la APP en cinco psicoterapeutas de la localidad de Adrogué, Provincia de Buenos Aires, Argentina. El objetivo fue demostrar que con

esta técnica se puede mejorar la experiencia interna que el psicoterapeuta tiene acerca del vínculo que sostiene con sus pacientes. Esto puede realizarse en un lapso corto de tiempo, lo cual resulta una modalidad de bajos costos.

La metodología de este estudio consistió en la administración de la técnica a cinco terapeutas que estaban interesados en mejorar el mapa interno del vínculo con un consultante. Antes de la administración se registró por escrito los datos suministrados en un protocolo denominado DICES, extraído del libro EMDR (Eye movement desensitization and reprocessing) Desensibilización y reprocesamiento por medio del movimiento ocular (Shapiro, 2004).

Una vez realizada la APP se recogió la información en un protocolo DICES que llamaremos FINAL. Pasado un mes de la administración de la técnica se volvió a evaluar en otro formulario DICES que denominaremos DEMORADO con el objetivo de controlar si la mejoría se mantuvo. Se compararon los tres protocolos, el que se registró antes de la técnica y los que se realizaron posteriormente a la misma. Con estas tres planillas disponibles, se observaron y compararon los datos.

Todo este proceso fue video grabado digitalmente. Se utilizó el protocolo del Manual del Usuario de APP, de Connirae Andreas. La entrevista es un fenómeno dinámico que requiere flexibilidad por parte del terapeuta para establecer y mantener el rapport. Por esta razón el protocolo de administración de la APP se

## *Uso de la alineación de posiciones perceptuales del terapeuta dentro del vínculo psicoterapéutico individual*

utiliza como guía, pero no se ha seguido a pies juntillas, sino que se ha respetado el estilo del administrador y su intuición.

En principio debemos decir que existe una extensa publicación acerca de la existencia e importancia de las submodalidades desde la creación de este concepto en 1986 por Bandler y Grinder a la actualidad. Digamos que es una realidad aceptada y consolidada desde larga data.

También se ha escrito mucho sobre el vínculo psicoterapéutico, pero no encontramos material disponible que piense dicha relación, desde el punto de vista de las submodalidades. Abunda material acerca de la transferencia y contratransferencia desde el punto de vista del psicoanálisis. Y en el caso de la PNL el foco de los artículos se encuentra en el establecimiento del rapport del terapeuta hacia el paciente.

Lo más cercano a esta investigación es el desarrollo de Connirae Andreas acerca de la Alineación de Posiciones Perceptuales. En esta técnica, la autora explora las submodalidades fundamentales existentes en un vínculo interpersonal en general. Allí expone esta técnica de APP que tiene como objeto modificar el mapa interno del vínculo para facilitar una relación más saludable y efectiva. Esta nota ha sido publicada en la revista Anchor Point en 1991. En la misma revista Judith Pearson en 1997 publicó *Aligning perceptual positions in sex therapy*. Allí explica como la APP puede ser útil para superar conflictos interpersonales que pueden ser la causa de disfunciones sexuales.

La pregunta que guía esta investigación es si la Alineación de Posiciones Perceptuales tiene efectos subjetivos respecto de cómo experimenta el terapeuta el vínculo psicoterapéutico. ¿Logra mejorar la experiencia interna del psicoterapeuta? ¿En qué medida?

### **Referencias**

- Andreas C. (1991). *Aligning perceptual positions*. (Videotape) Lakewood, CO: NLP Comprehensive.
- Andreas C. (1991). *The Aligned self*. (Audiotape set) Lakewood, CO: NLP Comprehensive.
- Andreas C. & Andreas T. (1991). *Aligning perceptual positions: A new distinction in NLP*. *Anchor Point*, 5 (2), 1\_6
- Pearson J. (1997) *Aligning perceptual positions in sex therapy*. *Anchor Point*, 11 (1), 13\_18
- Bodenhamen, B. & Hall, L (1999). *The user's manual for de brain*. Crown House Publishing Limited pags 54-58
- EMDR (Eye movement desensitization and reprocessing) *Desensibilización y reprocesamiento por medio del movimiento ocular*. Francine Shapiro (2004). Editorial Pax Mexico. Pags 134 a 140.