

# RAPPORTO ALIANZA TERAPEUTICA



# ENTENDIENDO EL SIGNIFICADO DE LA PALABRA "RAPPORT"

## RAPPORT

es la sintonía psicológica entre el terapeuta y paciente que permite la colaboración necesaria entre ambos. Sus dos pilares fundamentales son la mutua confianza y la comunicación fluida (que no simétrica, pues lo ideal es que el paciente se exprese mucho más que el terapeuta).

# COMPONENTES DEL RAPPORT

## COORDINACIÓN O *MIRRORING* .

consiste en adaptarse al ritmo de la otra persona tanto gestualmente (captando el todo general de su lenguaje no verbal y replicándolo de modo parecido), oralmente (adaptar el tono de voz y el ritmo del habla al de la otra persona) y, sobre todo, emocionalmente (reflejando uno mismo el estado emocional de la otra persona para empatizar y a la vez hacer manifiesta esa empatía).

## RECIPROCIDAD

- reciprocidad consiste en encontrar maneras de corresponder las aportaciones de la otra persona, sean estas acciones u oraciones. Clásicamente, en la consulta psicológica la reciprocidad se plasma a través de la escucha activa, en la que el psicólogo, a pesar de permanecer más callado que el paciente, da constantemente señales de escuchar a la otra persona y de reaccionar ante lo que dice.

## LUGARES COMUNES

- hace referencia a la necesidad de centrar el foco de los mensajes y las acciones hacia temas que sean de interés para todas las personas implicadas. Esto es algo que muchas veces hacemos sin darnos cuenta, al tantear los gustos y aficiones de una persona que acabamos de conocer y terminar hablando sobre algo sobre lo que nos resulta fácil dialogar.

# PAUTAS PARA CREAR RAPPORT

Ser conscientes de la importancia de la primera impresión

Hacer que el lenguaje no verbal y el verbal casen entre sí

Formular enunciados sin ambigüedades

Hacer autocrítica frecuentemente

**El rapport es la relación terapéutica que se mueve en el equilibrio entre la diferencia de los roles paciente - profesional y la meta común de colaborar para solucionar un problema. Por lo tanto, el rapport no es exactamente una capacidad del terapeuta ni una herramienta que se implementa de manera unilateral, sino algo que se genera en la dinámica de interacciones con el paciente.**

**Es algo que debe ser alimentado por ambas partes, pero para lo cual el psicólogo está especialmente preparado. Gracias a una mezcla de empatía y coherencia en lo que se expresa, un terapeuta puede disponer un marco de relación en el que el rapport surja de manera prácticamente espontánea.**

**Dependiendo de los roles que tengan que adoptar las personas y de las metas a conseguir, la buena sintonía entre los agentes puede dar pie a varios tipos de rapport que se adapten a cada situación, aunque sus fundamentos siempre son los mismos.**



GRACIAS