

Universidad de Palermo
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Psicología

Formación gestáltica en convivencia

Natalia L. Maldonado Torrón

Legajo N° 77.086

nalo88@hotmail.com

Tutor Ricardo Zaidemberg

26 de febrero de 2018

Índice

1.	Introducción.....	4
2.	Objetivos.....	5
2.1.	Objetivo General	5
2.2.	Objetivos Específicos	5
3.	Marco teórico.....	5
3.1.	Orígenes históricos e influencias teóricas de la Terapia Gestáltica	5
3.1.1.	Breve historia y surgimiento de la Terapia Gestáltica.....	5
3.1.2.	Fundamentos teóricos de la Terapia Gestáltica.	7
3.2.	Conceptos teóricos centrales de la Terapia Gestáltica	10
3.2.1.	El aquí y ahora: centrarse en el presente.	10
3.2.2.	El darse cuenta.....	12
3.2.3.	La autorregulación orgánica.	13
3.2.4.	La responsabilidad.....	15
3.3.	La formación en Terapia Gestáltica	17
3.3.1.	La modalidad teórico vivencial.	19
3.3.2.	La convivencia en la formación gestáltica.	22
4.	Metodología.....	26
4.1.	Tipo de estudio	26
4.2.	Participantes	26
4.3.	Instrumentos	27

4.4. Procedimiento.....	28
5. Desarrollo	29
5.1. Presentación de caso: programa de formación gestáltica en el área clínica.....	29
5.2. Describir en qué consiste la formación en Gestalt con modalidad en convivencia para la formación de terapeutas gestálticos.....	30
5.3. Analizar cómo contribuye lo convivencial en la formación de terapeutas gestálticos, por parte de los profesionales formadores en Gestalt	35
5.4. Describir la experiencia de la formación con modalidad en convivencia de terapeutas gestálticos que hayan realizado la formación y de alumnos que se encuentren realizando la formación gestáltica en el área clínica	39
6. Conclusiones.....	44
7. Referencias	52

1. Introducción

El presente trabajo se elaboró de manera integrativa a partir de la articulación teórico - vivencial de la práctica profesional llevada a cabo en una destacada Institución gestáltica. La misma pertenece al área clínica, dentro de la oferta institucional ofrecida por la Universidad de Palermo, con lo propio de su abordaje clínico desde el Enfoque Gestáltico. Una de las principales características de esta línea terapéutica, es lo vivencial, dando preeminencia al registro emocional a partir de lo que está sucediendo en el momento presente.

Dentro de la práctica profesional, los pasantes atravesaron procesos de admisión, supervisión, capacitaciones especiales brindadas por profesionales de la Institución, clases, talleres y seminarios teóricos – vivenciales; participación en las aperturas de las jornadas de la escuela de formación, en los distintos departamentos, en las reuniones del servicio asistencial para la comunidad, como así también la conformación y el funcionamiento como grupo autogestivo, integrado por los pasantes de las diferentes universidades; entre otras actividades que comprende la práctica.

La autora de este trabajo, junto con los integrantes de su grupo autogestivo, también tuvieron la fortuita participación en el 1er Congreso Latinoamericano y 4to Argentino de Gestalt, organizado por la Institución gestáltica y llevado a cabo en el mes de mayo en la Ciudad de Mar del Plata, Argentina. Para el caso los pasantes participaron activamente colaborando en tareas administrativas y asistiendo en los talleres y ponencias durante las jornadas del congreso gestáltico. Lo relevante de la experiencia fue haber transitado un breve período de convivencia junto con sus compañeros de pasantía, en lo que refiere a la estadía en Mar del Plata, siendo tal experiencia, significativa para el desarrollo del trabajo que a continuación se despliega.

El entrelazado teórico - vivencial del recorrido por la práctica, y la particularidad de la Escuela de Gestalt que ofrece la formación terapéutica en el Enfoque Gestáltico con modalidad en convivencia, devienen en el interés por indagar sobre las características y los modos de abordar la Terapia Gestáltica desde una mirada experiencial, observando las particularidades que brinda un proceso de enseñanza - aprendizaje convivencial, destacando el lema de la Escuela de Formación: “Convivir para aprender a convivir.”

2. Objetivos

2.1. Objetivo General

Explorar la modalidad de convivencia como dispositivo de formación gestáltica en el área clínica.

2.2. Objetivos Específicos

- 2.2.1.** Describir en qué consiste la formación en Gestalt con modalidad en convivencia para la formación de terapeutas gestálticos.
- 2.2.2.** Analizar cómo contribuye lo convivencial en la formación de terapeutas gestálticos, por parte de los profesionales formadores en Gestalt.
- 2.2.3.** Describir la experiencia de la formación con modalidad en convivencia de terapeutas gestálticos que hayan realizado la formación y de alumnos que se encuentren realizando la formación gestáltica en el área clínica.

3. Marco teórico

3.1. Orígenes históricos e influencias teóricas de la Terapia Gestáltica

A continuación se hace una breve reseña histórica del surgimiento de la Terapia Gestáltica (TG) y un acercamiento a las bases teóricas sobre las que se fundamenta el enfoque en cuestión.

3.1.1. Breve historia y surgimiento de la Terapia Gestáltica.

La Terapia Gestáltica nace con Friedrich Salomon Perls, más conocido como Fritz Perls, y su esposa Lore Possner, en la década de los 40 (Yontef, 1995). La misma tiene sus principales fundamentos en la Psicología de la Gestalt, el psicoanálisis disidente, la fenomenología y el existencialismo (Peñarrubia, 1998).

Perls nació en Berlín, Alemania, el 1893; en sus primeros años se interesó por el teatro sin embargo en la adultez optó por el campo de la salud siendo médico psiquiatra y psicoanalista; se inició en el psicoanálisis con Karen Horney y posteriormente mantuvo su análisis con Wilhelm Reich, como figuras relevantes (Velásquez, 2001). Con la llegada de Hitler al poder, Perls y su familia, se trasladaron a Sudáfrica, donde el matrimonio fundó el Instituto Sudafricano de Psicoanálisis (Peñarrubia, 1998).

Los comienzos de la Terapia Gestáltica datan alrededor de 1942 con la publicación de Fritz Perls *Ego, Hambre y Agresión* la cual se presentaba como una revisión de la teoría freudiana y su método. Más tarde, en lugar de poner el acento sobre la crítica a Freud, estuvo en la presentación de los inicios de la TG. Sin embargo el término fue utilizado por primera vez en 1951 como título de la obra escrita por Perls, Hefferline y Goodman. Poco tiempo después, se constituyó el primer instituto de TG (*New York Institute for Gestalt Therapy*) que funcionaba en el departamento de Fritz y Laura Perls en Nueva York y, posteriormente, en Cleveland se creó el Instituto Gestáltico de Cleveland. En ambas instituciones se llevaban a cabo seminarios, talleres y grupos de formación (Yontef, 1995).

Con el correr del tiempo, los institutos en New York y Cleveland, quedaron a cargo de Lore Possner al divorciarse de Perls. En los años siguientes Perls se dedicó a continuar el desarrollo de la TG publicando diversos libros y realizando viajes por diferentes lugares del mundo. En 1966 conformó el plantel fundacional del Instituto Esalen en California, el cual funcionaba como un centro de desarrollo del potencial humano. Allí permaneció hasta el año en que fundó una comunidad gestáltica cerca del lago Cowichan, misma época en que escribió *Sueños y Existencia*, y *Dentro y Fuera del Tarro de la Basura*. Finalmente en 1970 falleció de cáncer a los 76 años (Velásquez, 2001).

La última década de su vida, Perls viajó a distintos territorios, lo cual repercutió en el posterior desarrollo de su teoría, puesto que determinaron su metodología de capacitación bajo las influencias de sus experiencias. En su estadía en Israel visitó una comuna de artistas y en Japón pasó varios meses en un monasterio zen e incursionó sobre los efectos del LSD, siendo éste un período de transformación para su persona y convirtiéndose así en un hito en la maduración de su proceso personal y profesional. Tiempo después en su permanencia en Esalen, ofreció capacitaciones en TG y consolidó allí, su propio espacio: la casa de la medialuna. En 1968 decidió trasladarse a Canadá, dejando como sucesores en Esalen a sus discípulos Claudio Naranjo y Dick Price, entre otros. Al año siguiente fundó en la Isla de Vancouver, el Instituto Gestáltico de Lago Cowichan, al que denominaba kibutz gestáltico, un espacio que recibió a decenas de discípulos provenientes de Esalen y que continuaron su formación en el enfoque gestáltico. Perls desplegó por completo su saber en esta comunidad de terapeutas, concebida por él mismo, hasta diciembre del mismo año que viajó Europa por enfermedad, falleciendo en marzo de 1970 (Peñarrubia, 1998).

Al presente la TG pertenece a la tercera fuerza, en la que predomina el crecimiento del potencial humano como movimiento, todos los modelos que la constituyen promulgan el enfoque holístico de interacción existencial que percibe la relación terapéutica como una relación directa entre seres humanos, la relación yo-tú (Castanedo, 1998). Del mismo modo puede afirmarse que el enfoque gestáltico se encuadra como línea terapéutica dentro del movimiento de la psicología humanista, que considera al hombre como un todo, integrando su pensar, su sentir y su actuar (Polster & Polster, 1980).

3.1.2. Fundamentos teóricos de la Terapia Gestáltica.

La TG se nutre de diversas vertientes teóricas, filosóficas y psicológicas. A continuación se ofrece una aproximación acerca de las nociones más relevantes que fueron tomadas por el enfoque de la TG para su desarrollo teórico-práctico.

En principio se señala como fundamento teórico a la Psicología Gestalt o Teoría de la Forma, una corriente de pensamiento dentro de la psicología moderna, surgida en Alemania a principios del siglo XX, cuyos exponentes más reconocidos fueron Max Wertheimer, Wolfgang Kohler, Kurt Koffka y Kurt Lewin (Perls, Hefferline & Goodman, 1951). Se considera que la Teoría de la Forma nace en 1912 a partir de los trabajos realizados por Wertheimer y sus discípulos, Kohler y Koffka, en los cuales se demostraba que el proceso de la percepción estaba compuesto por elementos, objetivos y subjetivos, interdependientes y variables según la relación que presente el sujeto con su medio (Sinay & Blasberg, 1997). Esta psicología desarrolló como conceptos fundamentales que la percepción está organizada y que la misma tiende a ser tan buena como le sea permitido por las situaciones y los estímulos que se presentan (Martín, 2006). Desde esta mirada no se estudiaba el campo terapéutico, sino que el foco estaba puesto en analizar las leyes de la percepción humana y la dinámica entre figura y fondo; de allí su nombre *Gestalt*, que traducido al alemán se entiende como forma o configuración (Peñarrubia, 1998). La Teoría de la Forma aportó un marco integrador a la TG, brindándole a Perls cierto orden y organización, evocando al sentido de la palabra Gestalt como configuración o patrón de un conjunto de elementos (Yontef, 1995).

Perls más que un seguidor de la Psicología de la Forma, es considerado un neofreudiano, perteneciente a la corriente disidente que introdujo las bases de la psicoterapia en occidente. Sus cuestionamientos a Freud incluyen teoría y técnica psicoanalítica, entre ellos reivindica al cuerpo, al movimiento y a la emoción, ante la palabra y la racionalización, además de

entender la compulsión a la repetición como una tendencia de toda necesidad de ser completada, en vez de un instinto de muerte; o bien reemplazar la interpretación de los sueños por una exploración del soñante para extraer su mensaje existencial. Finalmente respecto del rol del terapeuta, distante y neutral, Perls prefiere una presencia auténtica y humana a favor de una actitud creativa (Peñarrubia, 1998).

De las influencias que Perls recibió del psicoanálisis, afectaron su teoría Wilhelm Reich y Carl Jung, dos post-freudianos disidentes del psicoanálisis. Por un lado, Reich entiende al hombre como un ser capaz de bloquear el flujo de energía vital, o como él lo denominaba orgón. En el ámbito terapéutico, observaba la lectura corporal de lo que sucede en el *aquí y ahora*, tomando toda la información perceptible corporalmente, e identificando las corazas musculares o contracturas neuróticas como enfermedad. Jung por otro lado, afín al budismo, hacía hincapié en el reconocimiento de lo obvio y se interesaba por el conocimiento sensible, un pensamiento oriental referido a la sincronicidad de los fenómenos como explicación del conocimiento y mediante la cual se crea el inconsciente colectivo (Baranchuk, 1996).

Otra de las influencias en el pensamiento de Perls fue Jakob Levy Moreno, fundamentalmente en el uso de técnicas teatrales, psicodramáticas y expresivas (Institut Gestalt, 2007). La TG comparte con el psicodrama el sustrato filosófico humanista y fenomenológico, la actitud terapéutica concebida como una relación auténtica e igualitaria que tiene lugar en el aquí y ahora, la preeminencia de lo corporal, lo creativo y lo espontáneo (características propias del teatro). Al igual que la exploración de las emociones mediante el uso de escenas representativas, con el grupo como recurso para los yo auxiliares de tales escenas, favoreciendo la toma de conciencia del protagonista y a su vez, facilitada por la catarsis como garantía del *insight* (Peñarrubia, 1998). Del mismo modo, el psicodrama de Moreno y la TG de Perls, utilizan la interpretación de roles como herramienta técnica. Para el psicodrama el *role-play* representa el proceso terapéutico en sí, en cambio la TG lo utiliza como parte experimental o vivencial del proceso, considerando como eje del mismo a la relación entre terapeuta y paciente (Castanedo, 1998).

La TG involucra un proceso experimental que surge de las filosofías y religiones orientales, como el budismo zen y el taoísmo, cuyos ideales refieren a un proceso de experimentación que va hacia la toma de conciencia e implica la acción de meditar la vida para vivir en conciencia plena, estas características alimentan el concepto gestáltico de *darse cuenta* (Castanedo, 1998). Del taoísmo, Perls tomó el libre fluir del curso de las cosas, dando

lugar a una expresión espontánea sin intervención alguna, viviendo el momento presente; y respecto al budismo zen, compartió la idea de que cada quien experimenta en sí mismo y conoce a través de su experiencia, aceptando su realidad tal como es (Ginger & Ginger, 1993). En el marco de la relación terapéutica, la empatía y el apoyo por parte del terapeuta, corresponden a la perspectiva humanista; la confrontación, que también constituye al proceso relacional, es un aporte original de Perls que remite a tradiciones espirituales, en las cuales el maestro zen o el chamán buscan agrietar el autoconcepto, en denuncia de lo que es falso, estando a favor de lo auténtico (Peñarrubia, 1998).

La filosofía existencial sirve de cimientos a la TG, dado que se ocupa del ser humano como fuerza limitada que actúa por sí mismo en relación a su ambiente (Baranchuk, 1996). Esta filosofía encamina la base ideológica del enfoque, siendo uno de sus principios cómo el hombre experimenta su existencia inmediata, cómo siente el vivir, además de asumir como individuo, la *responsabilidad* de su propia existencia (Castanedo, 1993). El existencialismo se ha ocupado de la cualidad propia de la relación, es decir, la existencia en sí misma, el hecho de ser en el mundo; la fenomenología existencial propone una manera para comprender el modo singular en que el ser humano se experimenta a sí mismo entre los otros (Perls & Baumgardner, 1994). El existencialismo concibe al ser humano como un ser en el mundo y un ser con otros, el ser humano se constituye en relación y no como un individuo independiente que recibe diferentes estímulos (Serra Undurraga, 2015). La TG busca describir en vez de explicar los fenómenos, está metodológicamente inspirada en la fenomenología de Edmund Husserl; el cómo es la pregunta esencialmente fenomenológica que se utiliza en TG para aludir a los procesos, siendo el vínculo interpersonal, una vía que facilita el rastreo de información verdadera (Sinay & Blasberg, 1997).

Para la fenomenología el fenómeno y la experiencia están en unidad, uno implica al otro, se refiere a la forma particular en que una persona experimenta la existencia en el mundo y cómo los fenómenos son captados en cada momento (Serra Undurraga, 2015). Como terapia fenomenológica-existencial, la TG practica un método fenomenológico que busca el *darse cuenta*, en el cual se percibe, se siente y se actúa, no se buscan explicaciones ni interpretaciones dado que el interés está puesto en aquello que se percibe y siente en primera persona; el objetivo es que los pacientes se den cuenta de quiénes son y lo que hacen y finalmente logren aceptarse a sí mismos; este proceso terapéutico se desarrolla mediante la

experimentación del diálogo en terapia, donde el foco son las distintas perspectivas fenomenológicas que aparecen (Yontef, 1995).

3.2. Conceptos teóricos centrales de la Terapia Gestáltica

A continuación se exponen los conceptos teóricos que resultan relevantes para ésta investigación, destacando los cuatro rasgos básicos que definen la TG, éstos son el aquí y el ahora, el darse cuenta, la autorregulación orgánica y la responsabilidad (Perls et al., 1951).

3.2.1. El aquí y ahora: centrarse en el presente.

La TG es un enfoque psicoterapéutico centrado en el momento existencial que vive la persona en su momento presente, es decir en el aquí y el ahora (Castanedo, 1993). Se puede decir que la TG es experiencial, ya que se fundamenta en la experiencia, en la integración que tiene lugar en el tiempo presente, lo que sucede ahora y lo que se está experimentando en el propio cuerpo, como las emociones (Allerand, 1992). Solamente en el presente la persona hace contacto con sus emociones bloqueadas pudiendo expresarlas de alguna forma. Cuando se logra establecer contacto con el aquí y el ahora, se pierde el control intelectual, y se llega a la sensación experiencial (Vásquez, 2000). El concepto de aquí y ahora, alude a un continuo estado presente que implica el estar enteramente en lo que se está experimentando en el momento exacto en que sucede y no en otro tiempo, involucra todas las vivencias, las sensaciones, la experiencia sensorial y el contacto; son el ahora y el cómo los que describen la interacción con el otro (Sinay & Blasberg, 1997).

Toda experiencia o vivencia sucede en el presente, y éste es en sí, una experiencia en constante cambio. La experiencia se sitúa en la frontera entre organismo y ambiente, y la relación en la cual participan, se denomina campo organismo-ambiente, siendo este un campo de interacción y no un elemento aislado (Perls, 1976). El campo es en esencia dinámico y procesal, así como las interacciones que surgen en él (Traverso, 2009). Se entiende que el enfoque de la terapia en cuestión es experimental, por experimentar en sí mismo el sentir y obrar en lugar de hablar de o referirse a, o por captar el momento actual mediante hechos de la vida misma, como observar el encuentro interpersonal que se da en la relación terapéutica, que sucede en el aquí y ahora como un encuentro existencial basado en el yo-tú (Castanedo, 1998). La frase central de la TG ahora me doy cuenta, admite un tiempo presente, que sirve

de base fenomenológica naturalizando el uso del ahora (Perls, 1976). El aquí y ahora comienza por la sensación, que es primaria, luego dicha experiencia es elaborada y nombrada cognoscitivamente (Zinker, 1977). La atención es la actitud de vida que permite estar consciente de lo que sucede en el presente, al estar atento se reconocen las necesidades propias, los sentimientos y los mecanismos de contacto, pudiendo discriminar y reconocer el ambiente alrededor, sin la atención (que sucede en el presente) no es posible alcanzar el darse cuenta y el contacto (Sinay & Blasberg, 1997).

Durante el proceso terapéutico, las actividades y los temas pasados o futuros no son de gran importancia, lo significativo es la presencia misma al evocar un suceso específico. Cuando dicho acontecimiento pertenece al pasado, el acento está sobre el acto de recordar como una actividad que tiene lugar en el presente, trasladando la experiencia al aquí y ahora, allí es cuando emergen diversas reacciones físicas y emocionales que dan cuenta en tiempo presente de lo acontecido con anterioridad; por ello es que la experiencia terapéutica es un hecho en sí mismo, donde la persona debe trabajar sobre la realidad en tiempo presente (Polster & Polster, 1980). El presente es el ahora, el pasado ya ocurrió y el futuro aún no ha llegado, de modo que solo existe el hoy, aunque exista un interés, tanto en el pasado como en el futuro, que resultan imprescindibles para el funcionamiento de la persona, no se valida un tipo de comportamiento que no sea el que refiere al momento presente, de no ser así, se contaminan las posibilidades vivenciales (Burga, 1981).

Desde la mirada de Perls, en la TG se pretende en primera instancia, que el paciente se dé cuenta en el aquí y el ahora, de las interrupciones en su ciclo de la experiencia y de cómo éstas lo afectan, siendo el encuentro, una oportunidad de ser auténtico, vivenciándose a sí mismo y a su ambiente. Posteriormente, se intenta lograr una integración verdadera haciendo contacto con el mundo, entendiendo la relación con el todo como el modo de relacionarse consigo mismo y con el mundo, lo que significa que el paciente se vea a sí mismo como parte de un campo total en contacto. El objetivo de la TG consiste en conquistar el sentimiento propio de sí mismo, para vivenciar una vida en plenitud, facilitar el equilibrio orgánico y restablecer las funciones óptimas de la personalidad; con el fin de alcanzar el darse cuenta de lo que se está haciendo, cómo lo está haciendo y cómo puede cambiar, además de lograr un aprendizaje de aceptación y valoración de sí mismo (Perls, 1976).

3.2.2. El darse cuenta.

El darse cuenta (*awareness* en inglés) es una experiencia subjetiva que abarca una toma de consciencia total en el aquí y ahora, valiéndose no necesariamente como una comprensión intelectual, sino como un proceso organísmico que atiende corporal y emocionalmente al organismo como al ambiente que lo rodea y compromete al comportamiento del sujeto (Sinay & Blasberg, 1997). Este proceso, involucra la capacidad del ser humano para percibir y comprender aspectos de sí mismo y circunstancias que suceden en su mundo (Martín, 2006).

El darse cuenta sucede espontáneamente al prestar real atención al límite de contacto que se efectúa entre organismo y ambiente, permite al individuo, atender a todo lo que le está sucediendo en ese momento preciso, lo que siente, piensa y percibe sensorialmente, observándose a sí mismo para luego identificar las interrupciones en su proceso (Burga, 1981). Uno puede llegar a comprender acerca de su existencia solo con guiar la atención a las vivencias, en la exploración aparece la expansión para profundizar en la capacidad de darse cuenta (Stevens, 1976).

Dentro de la experiencia se pueden distinguir tres tipos o zonas del darse cuenta: el darse cuenta de sí mismo o del mundo interior, el darse cuenta del mundo exterior y el darse cuenta de la zona intermedia o zona de la fantasía (Martín, 2006; Sinay & Blasberg, 1997; Stevens, 1976). Según Stevens (1976) el darse cuenta del mundo exterior refiere al contacto sensorial exteroceptivo y la zona del mundo interior al contacto sensorial interoceptivo, ambos comprenden todo lo que se puede conocer de la realidad presente, es decir lo que la persona está vivenciando, representa la información de la existencia aquí y ahora; el tercer tipo, el de la fantasía, representa la actividad mental que sucede en el momento, cuyo contenido son imágenes no perceptibles de la realidad presente.

En TG, el darse cuenta se concibe como estar en contacto y por el contrario el no darse cuenta se considera como estar fuera de contacto con el ambiente, siendo en este caso interrumpido el contacto con el campo total ya sea con una fijación en el ambiente externo o estando inmerso en lo interno o en las fantasías (Yontef, 1995). El hacer contacto es un proceso por el cual se comprende integrando todo en el cuerpo, lo que uno siente con lo que piensa y con lo que hace, es una función del organismo que permite el crecimiento y la integración de experiencias y del cambio. Uno de los objetivos de la TG es favorecer el contacto, ya que éste sería un grado mayor del darse cuenta (Allerand, 1992). Estar en

contacto con la propia experiencia, involucra la experiencia del darse cuenta, cuando se alcanza un contacto con las situaciones del campo, se habla de un darse cuenta pleno que significa un proceso de absoluto apoyo sensorial, motor, emocional, cognitivo y energético (Yontef, 1995).

El contacto es la actividad que permite la asimilación y el crecimiento de la persona, este proceso consiste en la formación de una figura de interés que se destaca sobre un fondo, constituido por el campo total. La figura es una percepción clara del contexto. El proceso de formación figura-fondo es un proceso dinámico en el cual las necesidades y los recursos del campo están direccionadas hacia la figura dominante, el interés, la intensidad y la fuerza, del organismo (Perls et al., 1951). En la totalidad del campo perceptual lo más importante es aquello que se percibe como sobresaliente, la figura que tiene una forma definida, a diferencia del fondo que es algo indefinido que sirve de soporte a la forma y le brinda sentido, el contorno, separa y determina el límite común al organismo-ambiente (Martín, 2006; Sinay & Blasberg, 1997). La TG estudia la relación que se desarrolla en la frontera de contacto dentro del campo, es en la frontera de contacto que tiene lugar la experiencia, estando el organismo limitado y protegido por el entorno y su vez, sensible a la interacción que sucede en campo, cuando se constituye un estado consciente inmediato respecto del campo, se habla de darse cuenta, como una función de contacto (Perls et al., 1951).

En palabras de Perls (1976), el darse cuenta, el contacto y el presente, son aspectos que conforman un único proceso: la autorrealización; es en el aquí y el ahora cuando la persona se da cuenta de todas sus posibilidades. El darse cuenta es un aspecto del funcionamiento sano de la persona que significa aprehender, con todos los sentidos, el mundo fenomenológico interno y externo, tal como es y ocurre (Sinay & Blasberg, 1997). El terapeuta desafía al cliente a enfrentarse a sí mismo, reconociendo sus propios recursos ante las problemáticas que se presentan en la inmediatez, con el objetivo propio de la TG, de ofrecerle al cliente las herramientas para que él mismo desarrolle el autoapoyo como recurso; si logra el darse cuenta pleno, es decir en todos sus niveles, el cliente podrá distinguir sus dificultades ayudándose a sí mismo a solucionarlos en el aquí y ahora (Perls, 1976).

3.2.3. La autorregulación orgánica.

El organismo es considerado como una unidad en continua interrelación con el ambiente, organismo y ambiente conforman un campo en interrelación permanentemente,

condicionándose mutuamente; cuando el intercambio con el ambiente se interrumpe aparece el desequilibrio. Toda conducta se interpreta como una forma de expresión del funcionamiento del organismo y de sus reacciones como totalidad (Martín, 2006). El comportamiento de cada persona es el resultado del funcionamiento del campo al que pertenece, es por la relación entre organismo y ambiente que se determina la conducta del individuo y ésta sucede en el límite de contacto, las sensaciones, emociones y modos de vivir, entre otras experiencias, dependen del modo en que el campo se relaciona entre sí (Burga, 1981).

Perls en su teoría intentó integrar seriamente los conceptos de cuerpo y psique, ya que uno contiene al otro inseparablemente; a partir del autor surge el concepto de organísmico, el cual incluye lo físico, lo mental, lo emocional y lo espiritual como totalidad (Martín, 2006). Por autorregulación se entiende a la dinámica que sigue el ciclo gestáltico para completarse, pudiendo también quedar inconcluso. El ciclo en el cual emerge una necesidad organísmica y se desencadena el proceso para satisfacerla, se relaciona con el proceso figura-fondo donde una forma sobresale del resto (la necesidad) (Peñarrubia, 1998). El flujo constante figura-fondo, es el devenir de la experiencia sensible; la figura, que surge del organismo o de su circunstancia ambiente, es lo inmediato, la experiencia, el aquí y ahora y la necesidad. La figura requiere su inmediata satisfacción, para después, volver a integrarse a un fondo del que ya surge una nueva figura. Este ritmo, esta alternancia entre figura y fondo, es la vida, y en TG se la denomina ciclo de la Gestalt (Baranchuk, 1996).

La autorregulación organísmica es el proceso que realiza el ser humano para satisfacer sus necesidades vitales, en el cual intenta mantener el equilibrio en pos de su cuidado y supervivencia, este proceso u homeostasis consiste en una interacción del organismo con su ambiente en el momento presente, y permite alcanzar el darse cuenta de sí mismo en contacto con el ambiente en el aquí y ahora (Burga, 1981). La interacción con el entorno cumple un rol fundamental, ya que es el modo de hallar las necesidades de uno mismo, las interrupciones o bloqueos en el ciclo perturban a la persona, provocando algún tipo de pérdida de las funciones de sí mismo (Ginger & Ginger, 1993).

En TG el ciclo de autorregulación del organismo (ciclo de satisfacción de las necesidades), inicia con las sensaciones sobre las propias necesidades, al tomar conciencia de las mismas opera el darse cuenta de lo que resulta necesario accionar para satisfacerlas (Zinker, 1977). Este proceso, también conocido como ciclo de la Gestalt o ciclo de contacto-

retirada, es el ciclo de satisfacción de necesidades no solo orgánicas, sino también psicológicas y sociales (Ginger & Ginger, 1993). En el ambiente, la persona obtiene los elementos que necesita para su supervivencia y para satisfacer sus necesidades, las de tipo fisiológicas, que están destinadas al funcionamiento del organismo, tales como alimentarse, orinar, sudar, etc., y las necesidades psicológicas, que mantienen el equilibrio en el plano afectivo y emocional, como la necesidad de afecto, comunicación y contacto (Martín, 2006). El ciclo actúa de manera holística, integrando sus componentes para lograr un aprendizaje integrado y una elección a fin (Yontef, 1995).

El ciclo de autorregulación organísmica inicia con una situación de reposo, en la cual surge una necesidad en forma de sensación, luego con la toma de consciencia de la necesidad aparece el darse cuenta, que necesita de la movilización de la energía, como un estado de excitación corporal, que le permite preparar al organismo para la acción. La acción representa la conducta para satisfacer la necesidad y finalmente establecer el contacto a partir del intercambio con el entorno, hasta el punto de cierre del ciclo gestáltico, que concluye con la retirada para volver al estado de reposo (Peñarrubia, 1998; Zinker, 1977). La tarea del terapeuta gestáltico, es contribuir al cierre de las gestalts que quedaron incompletas, es decir ayudar a cerrar situaciones inconclusas, devolviéndolas al fondo ya que no se nutren del aquí y ahora (Baranchuk, 1996).

El concepto de autorregulación organísmica reúne tres fenómenos, la percepción, la aceptación de lo existente y la necesidad emergente, cuando la persona logra regularse a sí misma es porque conoce a su organismo y a su ambiente, desde la experiencia, permitiendo el funcionamiento de ambos (Perls & Baumgardner, 1994). Señalando a Zinker (1977), la autorregulación organísmica representa la tendencia que tienen los sistemas complejos a autorregularse, constituye una función de ajuste cuya naturaleza es conservadora y que trabaja a favor de asimilar los objetos de contacto que provienen del entorno. Cuando la autorregulación es eficaz podemos percibir las modificaciones del campo ya sean nutritivas o tóxicas, las primeras se asimilan y las segundas se rechazan (Polster & Polster, 1980).

3.2.4. La responsabilidad.

La mera existencia del ser humano involucra límites que permiten la diferenciación y el contacto con el ambiente que lo rodea, reconocer los propios límites implica una búsqueda y crecimiento personal que favorecen el buen contacto con el ambiente (Polster & Polster,

1980). En TG la responsabilidad puede entenderse como estar consciente de lo que está sucediendo, siendo capaz de captar toda la existencia tal como se presenta o bien, asumir la responsabilidad de los propios actos, impulsos y sentimientos; para lo cual, se precisa de la identificación y la aceptación de lo que sucede, siendo responsable de cada vivencia (Latner, 1994). Para Perls (1976), ser responsable significa que la persona posee una habilidad para dar respuesta ante determinadas situaciones; responsa-habilidad, una capacidad de responder, pensar, reaccionar y emocionarse.

La responsabilidad es la habilidad para responder a las necesidades personales haciéndose cargo de sí mismo, la misma se manifiesta verbalmente hablando en primera persona (yo soy), implica asumir la existencia y la temporalidad de lo que se vivencia en el presente, en otras palabras es un ejercicio para lograr el darse cuenta de lo que se siente, piensa y hace (Sinay & Blasberg, 1997). Cada persona es responsable de sus decisiones y su accionar, la TG obliga a asumir la responsabilidad de elegir libremente y reconocer los propios valores, diferenciándola de la culpa y los deberías que están desintegrados y no condicen con los verdaderos deseos y respuestas al ambiente, lo que acarrea una actitud condescendiente o rebelde ante la presión de no ser espontáneo en el campo (Yontef, 1995). La libre expresión va de la mano de la responsabilidad de sus consecuencias, evitar la responsabilidad implica una despersonalización (Polster & Polster, 1980).

La TG provee herramientas para explorar la vida y la personalidad, para ampliar la capacidad de darse cuenta de lo que se siente experimentando cada momento, y hallar las respuestas a los pendientes, clarificando lo que cada uno quiere hacer y lo que cada uno es. Esta terapia trata de realizar ajustes a uno mismo para sentirse más cómodo con su propia existencia y con su cuerpo, ayudando a descubrir su ser más íntimo y verdadero, siendo responsable de la forma en que crea su propia existencia (Martín, 2006). El concepto de auto-apoyo está ligado al de responsabilidad dado que representa la capacidad que tiene el ser humano para hacerse cargo de sí mismo, para lo cual es necesario aceptación y reconocimiento de las potencialidades que posee, desarrollando la habilidad de auto-apoyo uno puede darse cuenta de las necesidades presentes y los recursos para satisfacerlas, al aparecer la figura y hacer contacto con ella, conformando así una Gestalt (Sinay & Blasberg, 1997).

Para el enfoque de la TG, la responsabilidad representa la capacidad que tiene cada persona de dar una respuesta creativa, se concibe como la fuente de poder personal que le

permite al individuo vivir su propia vida, ser dueño absoluto de sus acciones, asumiendo los riesgos y aprendiendo de los errores y aciertos. Una expresión común ligada a la responsabilidad, es la de hacerse cargo de las elecciones que se toman, en la terapia se debe trabajar con el paciente, sus mandatos, evitaciones y elecciones (Carabelli, 2013). En el momento en que la persona asume la responsabilidad de sus actos, se convierte en protagonista de su propia vida. Así como el existencialismo demanda la responsabilidad absoluta y total de la existencia del ser humano, la TG procura al consultante, el asumir la responsabilidad de sus actos, sus sentimientos y de su experiencia en general. La responsabilidad del hombre no es meramente individual puesto que no vivimos de forma aislada, sino en sociedad, por lo cual la responsabilidad de cada uno compromete a toda la humanidad, del mismo modo que al elegir se involucra al mundo (Salama, 2008).

3.3. La formación en Terapia Gestáltica

Para los psicoterapeutas humanistas, resulta relevante desarrollar una formación rica que incluya diferentes miradas, antropológica, fenomenológica y existencial, que le permitan alcanzar una visión más humana y una actitud más integrada y ética ante la existencia del hombre (Velásquez, 2001). Para la TG el ser humano es un ser en la experiencia, por lo tanto sólo se puede comprender al ser humano mediante el proceso de la experiencia (Traverso, 2009). Es mediante la comprensión que el terapeuta puede hallar la médula de las problemáticas del ser humano. El campo como totalidad biológica, psicológica y social, precisa de un punto de vista comprensivo por parte del terapeuta, para lograr que la psicoterapia sea integrativa para la persona. En el entrenamiento de terapeutas gestálticos, la visión bio-psico-social resulta el punto de vista más importante y dificultoso de infundir en la formación (Castanedo, 1998).

La capacidad de ayudar a otro es una cualidad natural del ser humano que se ve reflejada en el ser terapeuta. Esta capacidad es espontánea y viene de todo el caudal de la experiencia del terapeuta, especialmente de la experiencia del amor, la benevolencia y la intuición; le permiten captar al otro y estar con el otro, sirviendo al proceso terapéutico. En simultáneo, el terapeuta mantiene vivo su propio proceso de transformación y ayuda a crear consciencia en el otro. En la formación terapéutica es elemental estimular la capacidad de comprender al otro, como así también la intuición y la compasión hacia el sufrimiento de los demás, utilizando el propio saber. Comprender al otro, significa percibir las formas propias de las experiencias, entender lo que le pasa al paciente y ayudarlo a desarrollar una nueva visión de

sí mismo en el mundo que le permita contener su sufrimiento. Los elementos esenciales de la formación gestáltica son el autoconocimiento, la presencia y la compasión (Fundación Claudio Naranjo, 2017).

El aprendizaje gestáltico simboliza un desarrollo espiralado y no lineal, se necesita transitar varias veces el mismo aprendizaje para incorporarlo e integrarlo al saber, de no ser así, se intelectualiza el aprendizaje. El entendimiento es una ilusión de saber, en cambio el aprendizaje real se da cuando lo aprendido se asimila pudiendo llevarlo a la práctica. La formación en TG debe ser un entrenamiento continuo y no una acumulación de conocimientos que el alumno no sabe cómo ni cuándo usar, en el entrenamiento se fijan los conocimientos aprendidos (Carabelli, 2013). Mediante la práctica gestáltica se consigue el autoapoyo, el cierre de Gestalt inconclusas, la satisfacción de necesidades y el desarrollo hacia la autorrealización (Burga, 1981).

Dado que la TG es más que un abordaje psicoterapéutico, es arte, religión y filosofía, este enfoque involucra una actitud artística por parte del terapeuta, para trascender el uso de sus recursos técnicos, manteniendo una actualización espiritual y de crecimiento, y una filosofía o forma de vida, en la que el encuentro con el otro y la relación que entre ellos se desarrolla es similar al acto creativo del artista (Peñarrubia, 1998). La actitud del terapeuta gestáltico, además de ser creativa es experimental, puesto que se utiliza a sí mismo como recurso, tanto como al paciente y a los objetos del entorno, para crear nuevas visiones (Zinker, 1977). Por medio de la vivencia, la TG procura a la persona contribuir al autoconocimiento y a la autoasistencia en tanto totalidad y complementariedad (Dominguez Mondragón, 2011).

Perls, en su camino de formación de terapeutas, guiaba a sus discípulos a ser uno mismo, para él ser psicoterapeuta era ser uno mismo y confiaba en el aprendizaje intrínseco que sucedía en la psicoterapia; ser, representaba el estar aquí y ahora, consciente de la realidad siendo responsable ante ella (Naranjo, 1990). El terapeuta gestáltico debe expresar el verdadero sí mismo y vivenciar a la persona tal cual es, estimulando al paciente diciéndole lo que piensa, mostrándole ser auténtico con su pensar y responsable con su obrar; se trata de compartir el darse cuenta fenomenológico que sucede en el espacio terapéutico (Yontef, 1995).

En la formación en TG, el alumno recibe una formación integral en la que descubre sus recursos a través de sus vivencias como participante en clases, talleres y laboratorios. De la

experiencia extrae la sabiduría para acompañar el proceso de transformación personal que incluye su formación, así como también en el espacio terapéutico se ubica como acompañante en el proceso personal de otro. Avanzar en la formación indica el mejoramiento personal o profesional que cada alumno va logrando a través del tiempo (Carabelli, 2013). La formación en TG pretende ofrecer los recursos necesarios para que el terapeuta pueda desempeñarse en su rol gestáltico, el mismo consiste en acompañar el proceso del paciente, invitarlo a experimentar, proveer pautas esenciales, ayudar a distinguir entre sensación o sentimiento y pensamiento, juicio y fantasía; además de alentar a asumir la responsabilidad de lo que siente, sin atribuírselo a los demás (Baranchuk, 1996).

La formación de un terapeuta gestáltico se basa principalmente en el aprendizaje de la *actitud gestáltica*, y en un segundo plano, en el uso de cualquier técnica, de otro modo sería como un cuerpo sin espíritu (Carabelli, 2013). La actitud esencial que caracteriza al terapeuta gestáltico está constituida por tres aspectos elementales: la apreciación de la realidad, el estar consciente y el ser responsable, instaurando su modo de ser en el mundo. En síntesis la actitud gestáltica es lo que se espera que los terapeutas gestálticos desarrollen, es decir, una actitud presente, responsable y consciente (Naranjo, 1990).

3.3.1. La modalidad teórico vivencial.

El fundador del enfoque gestáltico, Perls (1976), sostiene que la Gestalt es una terapia vivencial, experiencial, donde se les pide a los pacientes que traten de re vivenciar sus problemáticas en el presente, puesto que son asuntos aun no resueltos. De este modo, se requiere que el paciente se vivencie a sí mismo en el aquí y ahora lo más enteramente posible, observándose a sí mismo (su respiración, sus expresiones, sentimientos, pensamientos, etc.), cuanto más logre vivenciarse, más se dará cuenta y aprenderá de sí mismo (Perls, 1976). La Gestalt destaca el sentir, el vivenciar, el descubrir y el explorar, solo después de vivir estas experiencias cobran importancia otros procesos psicológicos como el pensar, el conceptualizar y el comprender (Vásquez, 2000). Como se ha referido, la experiencia sucede en el aquí y el ahora, abarca lo sensorial, emocional, afectivo e intelectual, es el conocimiento total que se adquiere a través de los sentidos, la atención y los modos de establecer contacto; cuando se invita a la persona a vivenciar, se le propone realizar un experimento que le permita sentir y experimentar en el ahora, reemplazando la narrativa por la acción, estando plenamente en el presente hacia un aprendizaje de naturaleza experimental (Sinay & Blasberg, 1997).

Perls al igual que Reich, optó por trabajar con el lenguaje corporal, utilizando técnicas vivenciales con alta carga emocional y con su particular contribución de la re-creación, que permite recrear situaciones inconclusas del pasado, ofreciendo la posibilidad de cerrarlas en el presente. Esto no solo sirve al caso del hombre enfermo, sino también al sano que acarrea con sus propios límites, entendiendo a la salud como el libre fluir de la emoción y considerando al hombre como un organismo inmerso en un ambiente, con el cual establece un equilibrio de intercambio constante, ésta relación es el objeto de estudio de la TG, siendo el corazón de la neurosis, los modos de bloquear el libre fluir de la energía (Baranchuk, 1996). La TG brinda tantos beneficios que sirve no solo al campo de la enfermedad psíquica sino que también favorece el desarrollo personal, por la tendencia del ser humano hacia la autorrealización; cada persona cuenta con recursos saludables para su desarrollo personal, pudiéndolo optimizar en una situación relacional con el otro y con un mundo en permanente cambio, inmerso en un tiempo presente, en el aquí y ahora (Peñarrubia, 1998).

La forma de llevar a cabo la terapia supera el corpus teórico y las técnicas escogidas, esta metodología, tiene que ver con la relación que se logra en el espacio terapéutico y la actitud llevada a cabo; el terapeuta como instrumento, ayuda a proveer salud y a favorecer el autoapoyo, a partir de asumir su responsabilidad y comprometerse con el otro (Peñarrubia, 1998). El terapeuta más que reconocer las técnicas tiene que ocuparse del cómo de las mismas, dado que éstas son momentos expresivos durante la relación terapéutica, lo que en verdad importa, es el estado espiritual que se logra, y el terapeuta es quien puede guiar espiritualmente y acompañar al paciente. El conocimiento deriva del entendimiento global que se tiene de la persona, que se desarrolla implícitamente a lo largo de la vida y de su entrenamiento. La TG tiene la particularidad de ser un sistema que se construye más firmemente sobre el entendimiento intuitivo que sobre la teoría, las ideas están enraizadas en la experiencia y constituyen una senda posible para la expresión (Naranjo, 1990).

El aprendizaje gestáltico requiere de la integración de las propias vivencias junto con la conceptualización, adquirida de la bibliografía y de las clases teóricas; en complemento con momentos de práctica con ejercicios y dramatizaciones, para lograr un aprendizaje integrado es fundamental el entrenamiento en TG (Carabelli, 2013). La TG ratifica la valoración de la experiencia subjetiva utilizando el método fenomenológico, el cual, se centra en la existencia de las personas, las relaciones y las emociones que son vivenciadas (Dominguez Mondragón, 2011). Las técnicas gestálticas se aplican en el marco experimental, es decir en un proceso

metodológico vivencial, éste se lleva a cabo mediante la experimentación, dado que se facilita el darse cuenta, provocando un aumento en el conciencia, diferenciando entre lo que la persona hace y sus resistencias, entendiéndose como resistencias a aquello que no desea hacer (Salama, 2008).

La TG reconoce en carácter de valioso la toma de conciencia del cuerpo, atendiendo a la postura y los gestos del paciente en el proceso terapéutico, así como también a la propia sensación corporal como parte del despertar de las sensaciones en espejo de las del otro (Naranjo, 1990). El terapeuta aporta a la relación terapéutica una estructura y disciplina al proceso, creando un espacio, un laboratorio, un campo de prueba para que el paciente se explore activamente a sí mismo; el énfasis está puesto en el encuentro, la exploración y el aprendizaje (Zinker, 1977). En la frontera de contacto que tiene lugar el encuentro, sucede que la persona se contacta con el ambiente, sea interno o externo, produciendo una alteración en la estructura de las partes en contacto. Se pueden realizar ajustes previos para acondicionar el encuentro, como ser liberar la fantasía de la zona intermedia, evitar los prejuicios y todo juicio de valor, otorgar importancia a la atención, estando alerta y disponible, sin expectativas (Sinay & Blasberg, 1997).

Cada taller es una experiencia vivencial que ofrece un espacio cuidado y de respeto para contactarse consigo mismo y con el entorno, permite descubrirse y formar nuevas actitudes, acelerando el tiempo del proceso personal. En la experiencia se aprende el darse cuenta, así como a discriminar el pensamiento del sentimiento, prestándole atención al cuerpo (que es donde residen las emociones). Lo vivencial se transforma en experiencial cuando se integra lo cognitivo y lo corporal a la toma de conciencia. Cuando se logra ir más allá de lo vivenciado, el compartir las experiencias en grupo (como al final en la ronda de sensaciones), ayuda a la toma de conciencia y comprensión, y colaboran en el cierre de cada Gestalt (Bello Canto, 2014).

Los talleres vivenciales posibilitan el encuentro consigo mismo y con los otros, potencian la creatividad y el cambio. Este, tiene lugar en el campo actitudinal y en la totalidad del sistema que lo constituye, mediante los talleres se pretende alcanzar una enseñanza inclusiva que proporcione la diversidad de intereses, gustos y conocimientos que motiven la formación. La flexibilidad es fundamental para afrontar la resistencia al cambio, el trabajo con lo obvio (corriendo el velo de lo imaginario), expresar las emociones, reflexionar y aclarar los malos entendidos para conservar los vínculos (Fouquet & Secchi, 2002).

El conocimiento de sí mismo es la expresión de una convivencia, del mismo modo que la reflexión del propio ser es la expresión de una dinámica social. Por ello en la interacción con el otro, se crea un espacio de juego donde, de modo paradójico, para la autodefinición de sí, uno tiene que observarse, convirtiéndose en el otro. Los talleres vivenciales favorecen la mirada del propio ser y fomentan la reflexión sobre sí mismo, tomando consciencia de las respuestas preestablecidas y de lo rechazado sin conocer (Bello Canto, 2014). Como el artista, el terapeuta utiliza su registro emocional como instrumento terapéutico, con la necesidad de sintonizar con la persona que tiene en frente con quien está en contacto creando una cámara de resonancia de lo que sucede entre ambos; toda reacción del terapeuta habla de ambos en la relación terapéutica y brinda valiosos datos de la misma (Polster & Polster, 1980).

3.3.2. La convivencia en la formación gestáltica.

El implementar la convivencia en la formación es una tarea dinámica donde se ensaya, se prueba y se repiten los valores para afianzar los vínculos en la vida cotidiana. Son los distintos aspectos de la convivencia los que determinan el aprendizaje, como ser el reflexionar sobre la propia presencia en el grupo, el darse cuenta de los propios sentimientos y sensaciones para llevarlo a la palabra y transmitirlo, la flexibilidad para pedir ayuda, aceptarse a sí mismo y a los otros, obteniendo un aprendizaje significativo que beneficia a la persona no solo en la escuela, sino en la familia, con sus vínculos cercanos y en la sociedad (Fouquet & Secchi, 2002).

En la convivencia se aprende la red compleja de posibles interacciones y se conoce como participar en la organización grupal y colectiva. Se evidencian las responsabilidades y los derechos, el reconocimiento y el respeto por las diferencias, los cuales son contenidos en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El salto del aprender-aprehender comprende todo aprendizaje relativo a la sociabilidad, al mejoramiento de las relaciones interpersonales y de la expresión oral, como también el logro de un aprendizaje cooperativo, ejercitando los valores para alcanzar la educación para la paz y finalmente afrontar los problemas buscando soluciones en conjunto. La idea de construcción conjunta tiene que ver con los significados que el alumno construye a partir de su grupo social y de la guía ofrecida por el docente, quien instaura puentes entre los procesos de los alumnos y el saber colectivo. Lo que se pretende desarrollar es el sentido de comunidad, el mismo consiste en el apoyo mutuo, el sentido de pertenencia y de aceptación (Fouquet & Secchi, 2002).

La TG crea un proceso holístico encauzado hacia el trabajo recíproco entre los individuos, en un contexto inmediato; por ello Perls en su doctrina holística, pone un énfasis especial sobre el concepto de campo como el contexto en el que las personas y el ambiente interactúan mutuamente (Castanedo, 2008). Por lo tanto, el interés por el desarrollo del crecimiento personal promueve una mirada integral del ser humano como totalidad que es, así como su cualidad de ser imposible de apartarlo de la comunidad a la que pertenece (Polster & Polster, 1980).

Existen pautas gestálticas que permiten un desarrollo vincular propio del encuentro yo-tú, que ofrecen una estructura a la experiencia de co-existencia en un mismo campo. Naranjo (1990) menciona tales pautas, consideradas fundamentales de la filosofía Gestalt, las mismas consisten en: interactuar con el presente y no con lo que no está o no existe, es decir vivir aquí y no vivir en la imaginación; ocuparse del presente y no del futuro o del pasado, vivir el ahora; centrarse en lo que se siente; experimentar lo verdadero y auténtico; admitir y aceptarse tal cual se es; rechazar los mandatos ajenos y seguir el propio; finalmente, hacerse responsable de los comportamientos y sentimientos propios.

Baranchuk (1996) amplía lo mencionado anteriormente refiriendo que para llevar a cabo el trabajo en grupo y poder convivir en un mundo gestáltico, son necesarias las pautas de convivencia, con el objetivo de ser conscientes de la responsabilidad sobre las propias vivencias. A continuación, se enuncian las pautas gestálticas propuestas por la autora, que profundizan la idea de aprender a convivir: hablar con alguien y no de alguien o sobre algo que no esté presente, creando un encuentro permanente con lo que sucede y con quienes estén allí; hacerse responsable de lo que se siente, se piensa y se hace; darle privilegio al sentir sobre el pensar, prestando atención a lo que se siente en el cuerpo (sensación física o anímica, si no se localiza la emoción en el cuerpo, no está sintiéndola, está pensando en ella); no juzgar, conservar la sensación y/o sentimiento que le provoca alguien; no interpretar; no invadir el campo psíquico de otro, ofreciendo un espacio para el encuentro consigo mismo y liberar su expresividad; no disculparse; no minimizar; no suavizar golpes y ser directo al hablar; no interrumpir dejando libre curso a la emoción y a la acción, no manipular a otro puesto que de hacerlo impide al otro ejercitar la libre voluntad que posee repercutiendo en su deseo.

Baranchuk (1996) también afirma que las pautas lingüísticas advierten el uso del lenguaje impersonal teniendo que ser suplantado por hablar en primera persona; evitar las

generalizaciones; sobre las exigencias reemplazar el tengo que o debería por elijo tal o cual cosa, como también los no puedo por no quiero, al igual que extinguir los sí pero; las preguntas tienen que referirse al aquí y ahora, quedando por fuera las preguntas que no ofrecen información presente como los por qué, las preguntas validas son cómo y qué; los tengo miedo de, bien podrían ser me gustaría; finalmente sobre la culpa y el resentimiento, cuando ambos sentimientos son expresados permiten el surgimiento de otros diferentes más positivos. Desde esta mirada respecto a las pautas de convivencia, sobre la coordinación de grupos de autoayuda, Perls afirma que éstos funcionan siempre que el grupo respete las siete pautas que comprende el programa autogestivo: el ahora, hablar en primera persona, reemplazar los sustantivos por verbos, evitar los chismes sobre personas ausentes, jamás forzar una confesión, valerse por los propios recursos y evitar los por qué, ya que ofrecen explicaciones causales (Cá & Wainer, 1994).

El proceso terapéutico está basado en el encuentro existencial yo-tú, que consiste en un modelo de relación en el que terapeuta y paciente se comprometen y participan activamente, creando conjuntamente (Institut Gestalt, 2007). El encuentro entre terapeuta y paciente constituye un acto de amor y crecimiento y al mismo tiempo abre una lucha en el campo, en el cual ambos se unen cada cual con las herramientas que posee, comprometidos en el proceso, más allá de la diferenciación entre sujeto agente y sujeto paciente (Baranchuk, 1996). El arte del proceso terapéutico demanda al terapeuta el amor y toda la creatividad puesta en marcha durante la terapia (Vásquez, 2000). La psicoterapia y la creatividad están ligadas profundamente por el proceso de cambio y de transformación. El vínculo entre terapeuta y cliente es una creación y se produce en ambos una transformación en donde hay un enriquecimiento mutuo (Zinker, 1977). Si bien el terapeuta gestáltico usa técnicas, se aplica a sí mismo en la situación en que su experiencia de vida ha sido integrada y acumulada, por lo que hay tantos estilos como terapeutas y clientes (Perls, 1976).

La convivencia comunitaria ha sido importante para la TG desde sus inicios, en el Instituto Esalen y lo sigue siendo al día de hoy. Este instituto es el líder mundial en la aplicación del modelo de psicología Gestalt, para el crecimiento personal, la educación integral y la vida comunitaria, bajo un modelo en convivencia. Esalen funciona como centro de retiro y al mismo tiempo como instituto educativo, ubicado en el Sur de California. La práctica básica de la Gestalt en Esalen comienza con la toma de conciencia de sí mismo, de los demás, y de la relación; el apoyo en este campo experiencial es compartido, mientras en

simultáneo se práctica un diálogo comunitario bajo el enfoque Gestalt, que constituye una comunicación basada en la indagación, la transparencia y un compromiso compartido. El crecimiento en comunidad es complejo y diverso, en conjunto se trabaja sobre la capacidad de asumir la responsabilidad y apoyar a los demás; desde esta perspectiva, cada persona es responsable de los significados y experiencias que crea y corresponsable del apoyo hacia los demás para el desarrollo de una mayor conciencia y una mejor comunicación (Esalen Institute, 2017).

Otro concepto importante es el de comunidad creativa de aprendizaje, al que se entiende como un grupo que atraviesa un proceso grupal gestáltico. El grupo representa una pequeña comunidad donde las personas pueden co-crear juntas, sus miembros son recibidos y aceptados como también confrontados, es el grupo el que pone a prueba los límites de crecimiento personal, ofreciendo un espacio de desarrollo del potencial humano (Zinker, 1977). Los autores Polster y Polster (1980) ante la pregunta de cómo sería vivir en una sociedad gestáltica, argumentan que en una mini comunidad con fines terapéuticos, no solo se trata de pensar la cura, sino alcanzar el crecimiento personal, dirigido hacia la autosuperación y el autodescubrimiento. Los autores refieren que dadas las necesidades humanas comunes, ingresando a un terreno sociológico, se apunta a un nuevo clima colectivo. Del mismo modo, refieren que la TG se adapta con amplia flexibilidad a la experiencia grupal, ya sea en un grupo de encuentro o mismo, en el uno frente a uno que se da en la terapia individual. El terapeuta propone un encuentro, para la exploración del contacto o toma de conciencia, siendo una oportunidad para ensayar, ocuparse y experimentar nuevas formas de convivencia.

La propuesta de convivir, convoca a compartir la construcción de acuerdos necesarios para la vida, asumir la responsabilidad respecto al rol y la función que ocupa cada uno. La convivencia promueve un clima de solidaridad y confianza para la participación de los alumnos, fomentando un escucha activa que favorezca la comunicación, descubriendo las propias capacidades en lugar de efectuar juicios de valor sobre los demás, mejorando así el autoestima y generando un espacio donde se potencian los aspectos positivos de las personas y se aprende a resolver los conflictos cotidianos, como también a elegir y tomar decisiones individuales y grupales. La convivencia facilita la formación de valores y las practicas vinculadas a la vida en sociedad, también funciona como un organizador de la vida institucional, siendo base y fundamento de la finalidad en la educación. Cuando se logra una buena convivencia institucional, los conflictos que aparecen en las relaciones humanas son

reconocidos y afrontados. El conflicto es necesario en el proceso de aprendizaje, ya que está presente a lo largo de toda la vida, por lo tanto, reconocerlo, aceptarlo y trabajarlo son los pasos para lograr cambios personales que apunten a la formación integral (Fouquet & Secchi, 2002).

4. Metodología

4.1. Tipo de estudio

El presente trabajo es un estudio de caso de tipo descriptivo cualitativo. El tema se enfoca en la convivencia como modalidad de formación gestáltica.

4.2. Participantes

Con el fin de respetar la confidencialidad y resguardar la identidad de los participantes del presente trabajo, en todos los casos los nombres fueron reemplazados por un nombre de pila diferente al real, al igual que se omitió dar conocimiento a la Institución a la cual se refiere.

En esta investigación participaron cinco profesionales egresados de una Escuela de Formación en Gestalt, en la cual actualmente ocupan cargos institucionales. Entre los profesionales se encuentran uno de los tres directores de la Escuela de Formación en Gestalt y cuatro docentes de la Escuela. Asimismo, los profesionales son terapeutas gestálticos avalados por la Institución. También participaron seis alumnos que al momento de realizar el trabajo de investigación, se encontraban realizando la formación gestáltica en la Escuela.

Alicia es directora de la Escuela de Formación en Gestalt, tiene aproximadamente 60 años, es terapeuta física recibida en la Facultad de Medicina (USAL, 1966) especializada en discapacidades neurológicas y escoliosis. Egresó de la Escuela de Formación en el año 1987 y actualmente también es consteladora familiar.

Blanca es profesora en la Escuela de Formación en Gestalt, tiene aproximadamente 50 años, es profesora de filosofía y psicopedagogía, licenciada en psicología, graduada en la Escuela de Formación en 1991, experta en técnicas psico-corporales y con formación en danza movimiento terapia. A su vez es quien coordina y dicta el seminario de ideas fundantes, central en la pasantía de la Institución.

Celeste es profesora en la Escuela de Formación en Gestalt, tiene aproximadamente 55 años, es licenciada en psicología (UBA, 1982) y graduada en la Escuela de Formación en 1991. Actualmente se dedica a la docencia y la supervisión en el área clínica.

Dolores es profesora en la Escuela de Formación en Gestalt, tiene aproximadamente 40 años, es licenciada en psicología (UBA, 2003), egresó de la Escuela de Formación en el año 2006, es psicodramatista y participa activamente en diferentes departamentos de la Institución.

Eduardo es terapeuta gestáltico egresado de la Escuela de Formación y docente en la Escuela. Tiene aproximadamente 55 años, es licenciado en psicología y miembro del servicio de atención a la comunidad.

Los seis alumnos que participaron son alumnos de la Escuela de Formación. Todos son licenciados en psicología, que al momento de la investigación se encontraban cursando el primero, segundo y tercer año de la formación, respectivamente. Todos ellos son hombres y mujeres, entre 25 y 40 años, aproximadamente.

4.3. Instrumentos

En esta investigación la recolección de datos se realizó mediante observación participante y entrevistas semi-estructuradas en una primera instancia y luego se añadió el diseño de una breve encuesta.

La observación participante se utilizó en las actividades teórico-vivenciales de la escuela, y en la convivencia propiamente dicha. Por otra parte, las entrevistas realizadas fueron para quienes ofrecen la formación en Terapia Gestáltica (directores y profesores de la institución) en base a los siguientes ejes: 1. Experiencia en Terapia Gestáltica, 2. Conceptos sobre los que se apoya la convivencia como modalidad de formación, 3. Motivo de elección de una formación con modalidad en convivencia, 4. Cómo contribuye lo con-vivencial al desarrollo profesional, 5. Experiencias personales, resultados obtenidos, 6. Comentarios pertinentes adicionales.

Las encuestas efectuadas fueron para quienes recibieron o reciben formación en Terapia Gestáltica (terapeutas y alumnos en curso). Las preguntas se diseñaron en base a los ejes a continuación expuestos: 1. Motivo de elección de la formación gestáltica con modalidad en convivencia, 2. Experiencias significativas vivenciadas durante el proceso de formación en la escuela, 3. Qué rescata/valora como aprendizaje en convivencia, 4. Describa según su experiencia, cuán significativo es realizar/ fue haber realizado su formación con modalidad

en convivencia *Solo a los terapeutas: 5. De qué modo la modalidad en convivencia de su formación gestáltica repercutió en su desarrollo profesional. 6. Comentarios pertinentes adicionales.

4.4. Procedimiento

Primeramente se llevó a cabo la observación participante durante dos aperturas (mayo y agosto) de la Escuela de Formación en Gestalt y en una convivencia (octubre), durante el recreo y el almuerzo, en el lugar donde se realiza la formación, Bella Vista (Gran Buenos Aires), durante un fin de semana al mes, de abril a diciembre de 2017. Quien escribe también participó en las clases teóricas vivenciales, como proceso de formación gestáltica ofrecido durante la práctica en la Institución, especialmente en el seminario que comprendía seis encuentros (llevados a cabo una vez por semana) sobre las ideas fundantes del enfoque gestáltico.

En una segunda instancia se entrevistó a una de las directoras de la Escuela y a las profesoras en su domicilio personal, en su consultorio privado y en las oficinas de la Institución respectivamente. Acordando para todos los casos una entrevista en privado, semi-dirigida y personalizada con cada profesional, efectuadas entre 30 y 90 minutos. Por cuestiones de disponibilidad horaria y acceso a los participantes, se implementó un modelo de encuesta en reemplazo a las entrevistas personalizadas con los alumnos. La estructura de las encuestas se confeccionó a raíz de los ejes de entrevista para terapeutas gestálticos y alumnos en curso, anteriormente mencionados. Se elaboraron siete preguntas sobre la formación en convivencia, a responder según la experiencia de cada participante. Las encuestas se entregaron a los participantes en la Escuela, durante la convivencia de octubre, para que los alumnos y los profesores allí presentes las completaran en algún momento durante la estadía. De allí se obtuvo una encuesta completa a un profesor de la Escuela y a seis alumnos en formación gestáltica en la Escuela.

Finalmente, luego de realizados los encuentros y recolectados los datos, se transcribió la información obtenida y se constató con lo expuesto en el marco teórico, para comparar resultados y señalar hechos significativos del presente trabajo.

5. Desarrollo

5.1. Presentación de caso: programa de formación gestáltica en el área clínica

La formación gestáltica que ofrece la Institución está dirigida a profesionales de las ciencias humanas o ciencias sociales, especialmente del área de la salud y la educación. Representa una formación de post grado con una duración de tres años, realizando nueve convivencias anuales que se llevan a cabo un fin de semana al mes respectivamente. La propuesta reconoce un proceso de enseñanza-aprendizaje más intenso y profundo por su modalidad en convivencia, incluyendo múltiples dimensiones (sensoriales, cognitivas, sociales, emocionales y espirituales), con el propósito de alcanzar un crecimiento personal y profesional, que integren al ser humano como tal, con la intención de recrear una Gestalt viva y abierta al contacto (AGBA, 2016).

La Institución brinda una formación general de desarrollo personal y dos especializaciones posibles, una en el área clínica y otra en el área organizacional. La primera está dirigida a psicólogos, psiquiatras y psicopedagogos clínicos, la segunda se dirige a coordinadores de grupos institucionales, empresariales y/o comunitarios, incluyendo profesionales de otras disciplinas, como ser artistas, que deseen incorporar el Enfoque Gestáltico en sus actividades laborales como a sus vidas. El equipo de trabajo incluye al cuerpo docente, integrado por 31 profesores y 22 ayudantes, cada uno con sus diferentes abordajes y estilos de trabajo, lo que le permite al alumno hallar su propio estilo personal (AGBA, 2016).

El programa de formación tiene como ejes la teoría y la práctica, el trabajo corporal y la supervisión de la tarea profesional, lo que resulta equivalente a 828 horas, la realización de una jornada abierta a la comunidad en el último año del ciclo de formación y posterior supervisión durante seis meses para recibir su aval profesional. Las clases se desarrollan en forma grupal y el proceso es individual con seguimiento personalizado por los directores. Los objetivos de la escuela, principalmente contribuyen al desarrollo y enriquecimiento del Enfoque Gestáltico, creando profesionales que cuenten con la capacidad para actuar de manera ética y coherente con el enfoque, a su vez propone un trabajo cooperativo y en red, elaborando articulaciones teórico-prácticas que faciliten la labor a la hora de confeccionar las propias intervenciones o la coordinación de grupos humanos (AGBA, 2016).

El plan de estudios de formación gestáltica en el área clínica, comprende a lo largo de los tres años las asignaturas: laboratorio; autogestión grupal; teoría y práctica I, II y III; autoexploración, improvisación y personajes; Gestalt y creatividad; árbol genealógico; abordaje corporal; teoría y fundamentos de grupos; estrategias y recursos gestálticos en clínica; rol del terapeuta; teoría y procedimientos en Gestalt; teoría y práctica de grupos; teoría y práctica en psicopatología, niñez y familia, estrategias y recursos gestálticos en lo comunitario, jornada y supervisión. El egresado en el área de desarrollo personal y profesional con orientación clínica, está capacitado para elaborar articulaciones teóricas que le permitan optar por diferentes modos de intervención, realizar abordajes individuales, vinculares y coordinar grupos terapéuticos, contando con la posibilidad de supervisión durante todo el proceso, además de integrar el equipo de profesionales del servicio de asistencia a la comunidad como salida laboral (AGBA, 2016).

5.2. Describir en qué consiste la formación en Gestalt con modalidad en convivencia para la formación de terapeutas gestálticos

A continuación se describe la estructura general que presenta la convivencia como modalidad de formación. Comenzando con el surgimiento y aplicación de la modalidad, continuando con el desarrollo sobre cómo está organizada la convivencia como tal, incluyendo los distintos roles que la conforman y la constituyen como una modalidad de enseñanza y aprendizaje. Finalizando esta sección con lo que se espera lograr mediante la aplicación de esta modalidad pedagógica.

La convivencia como modalidad de formación para terapeutas gestálticos, está estructurada como una formación de postgrado con una duración de tres años, llevando a cabo una convivencia por mes durante un fin de semana, en un colegio ubicado en gran Buenos Aires. En la entrevista a la directora de la Escuela se trazó un recorrido histórico de la Institución, del cual se obtuvo que la convivencia como modalidad surgió a fines de 1989, luego de una prueba piloto exitosa, realizada con los alumnos en formación. A partir de allí se implementó como modalidad en la Escuela, durante los primeros siete años de formación la modalidad era teórico vivencial concurrendo tres veces por semana. Debido a que el proceso era muy intenso y los alumnos se movilizaban profundamente, los formadores vieron la necesidad de implementar una nueva modalidad, se necesitaba contar con un espacio que permitiera a los alumnos desarrollarse en un tiempo distinto al cotidiano, con la posibilidad de profundizar en el proceso. Asimismo la docente Blanca mencionó, que según su parecer,

la Escuela replicó de algún modo, el modelo de Esalen, donde Perls había puesto una escuela gestáltica en donde las personas convivían. Perls formó parte esencial del Instituto Esalen, el cual funcionaba como centro de desarrollo del potencial humano (Velásquez, 2001). Siguiendo el paralelismo propuesto por la docente en relación al instituto Esalen, ambos comparten la educación integral bajo un modelo en convivencia, en el cual se aplica la Gestalt para el crecimiento personal y la vida comunitaria (Esalen Institute, 2017).

En la entrevista a la directora, Alicia mencionó las dificultades que tuvieron que afrontar ante el cambio de modalidad, una de ellas era encontrar un espacio que aloje a los alumnos. Después de haber recorrido y permanecido en diferentes lugares, encontraron el colegio actual que les brinda un ámbito de encuentro académico y social, tanto en clase como en el tiempo de esparcimiento. Allí se crea un ambiente de encuentro personalizado entre docentes y alumnos, como el encuentro interpersonal que se da en la relación terapéutica, que se basa en el encuentro existencial yo-tú (Castanedo, 1998). Mediante la observación participante se pudo constatar la gran infraestructura del colegio, sus instalaciones ofrecen amplios ambientes en todos los sectores del edificio (aulas, comedor, salas, pasillos, baños, etc.) y extensos espacios verdes, además de estar localizado en una zona bonaerense (Bella Vista), alejada del ritmo acelerado de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, proponiendo un cambio tempo-espacial para la convivencia.

En la entrevista a la docente Dolores se pudo obtener información precisa sobre el cronograma de formación gestáltica, el cual consiste en nueve encuentros convivenciales por año, durante los tres años de formación respectivamente. En la primera de las nueve convivencias anuales, se realiza un formato diferente realizando un laboratorio en cual se trabajan cuestiones netamente grupales, como ser la cohesión grupal, a modo de preparación para el proceso en convivencia. En las ocho convivencias propiamente dichas, se proporcionan las materias de la formación, todas teórico-vivenciales; tales materias se van complejizando a medida que se va avanzando en el proceso, año a año. Como el terapeuta en formación recibe una formación integral, descubre sus propios recursos a partir de sus vivencias en clases, talleres y laboratorios, y a medida que avanza en la formación va logrando un progreso personal y profesional que se obtiene a través del tiempo (Carabelli, 2013). Como aportó la docente Dolores, las convivencias se realizan una vez por mes, generalmente a principio de mes, desde el viernes a las 18 horas que inicia la apertura de la convivencia, hasta el domingo (mismo horario) que finaliza la jornada con el cierre de la

convivencia. La docente Blanca informó que siempre las aperturas y los cierres de convivencia son comunes tanto a profesores como a los alumnos de todos los años y especialidades.

Según la docente Dolores, en cada una de las aperturas de convivencia se invita a algún profesional o persona pública a exponer una temática específica o a coordinar una clase vivencial, en la que participan todos, allí también se comparten novedades de la formación. Por observación participante se pudo constatar que las actividades de apertura son integrativas ya que reúnen a todo el alumnado y a los formadores. De las aperturas visitadas, la primera fue la apertura inaugural del ciclo lectivo 2017 (es decir la primer convivencia luego del laboratorio), la misma se inició con una bienvenida a cargo de una de las directoras y luego se dio lugar a la clase vivencial sobre teatro terapéutico, coordinada por dos profesionales expertos, de los cuales uno de ellos era egresado de la Escuela. La propuesta demandaba alta energía corporal ya que incluía danza y movimiento, donde prevalecía lo corporal, lo creativo y lo espontáneo (Peñarrubia, 1998); en la actividad solo participaron los alumnos, porque al ser la primera convivencia oficial “era el momento de ellos” comentó una de las docentes. La otra apertura (ya en el segundo cuatrimestre) fue una charla sobre prostitución y trata de personas, en la que docentes, alumnos y ayudantes, ubicados en ronda, presenciaban la exposición realizada por la conferencista, quien refería a su experiencia personal y a la situación social en relación a la temática. Esta situación es un ejemplo claro de que al estar en contacto, se crea una cámara de resonancia en el ambiente, a partir de lo que está sucediendo (Polster & Polster, 1980), ya que, el clima generado fue de alta carga emocional y promovía sensibilidades, interrogantes y reflexiones sobre la actualidad en relación al tema propuesto.

Respecto al cierre de la convivencia, la directora Alicia comentó en la entrevista que los domingos llegando al final de la convivencia, se realiza una preparación para que los participantes comprendan el pasaje del campo de la convivencia al campo de lo cotidiano, razón por la cual el cierre es un momento contenedor y fundamental en la convivencia. A partir de lo observado en la clase teórica vivencial, sobre el ciclo de la Gestalt, se trazó una analogía de la convivencia con el ciclo de la experiencia. Para la cual, tanto la directora como las docentes Blanca y Dolores afirmaron que la convivencia es en sí, una experiencia que inicia con una apertura y concluye con un cierre. En la convivencia el proceso de contacto-retirada es una experiencia en si misma que representa el ciclo de satisfacción de necesidades

orgánicas, psicológicas y sociales que comprende la formación (Ginger & Ginger, 1993). Asimismo la docente Blanca expuso en la entrevista que, ocurre un contraste cuando los alumnos finalizan la convivencia y salen al ritmo cotidiano, porque son ámbitos distintos. En la convivencia se crea un ambiente donde prevalece el respeto para llevar a cabo el trabajo en grupo y tener presente las pautas gestálticas para convivir en el mundo, con el objetivo de ser conscientes de la responsabilidad sobre las propias vivencias (Baranchuk, 1996). La docente mencionó que “algunas de las pautas son hablar en primera persona, hacerse cargo no juzgar, no acusar, etcétera; sin embargo en el mundo real no es así, entonces ocurre un contraste en el que cada uno decide ingresar al mundo conservando esta manera gestáltica.”

En la entrevista a la profesora Blanca ante la temática de la convivencia, propuso jugar con las palabras que la conforman: *con-vivencia*, es decir las vivencias con otros. Cómo el existencialismo el ser humano se constituye en relación, como un ser *en* el mundo y *con* otros (Serra Undurraga, 2015). “En la convivencia se logran transitar diferentes pasajes, de un espacio social pasar a uno personal y llegar a uno íntimo. En tanto que el ser humano es un ser social, la convivencia contribuye a la toma de conciencia de las semejanzas y las diferencias entre las personas, y a la interdependencia que existe entre sí.” Mediante la convivencia se aprenden contenidos del proceso de enseñanza-aprendizaje, como participar en la organización grupal y colectiva, asumir las responsabilidades y respetar las diferencias (Fouquet & Secchi, 2002).

La docente Dolores aportó que como la formación ofrece dos especialidades, en el área clínica y en el área de desarrollo personal y profesional (que anteriormente se llamaba área de organizaciones), los cursos se dividen por año y estos a su vez se reparten según su especialidad. Asimismo la docente aclaró que en el último año de formación ambas especialidades se reúnen en una materia común, que es la que corresponde al armado de la jornada de talleres abiertos a la comunidad, la cual consiste en invitar a la gente a distintas experiencias vivenciales, en un espacio de cuidado y respeto, para que los participantes se contacten consigo mismo y con su entorno, permitiendo el autodescubrimiento (Bello Canto, 2014). Los talleres vivenciales ofrecen diferentes temáticas, mientras el resto de la escuela funciona como soporte de la jornada (ocupándose de la inscripción, la portería, la comida, la librería, etc.).

La Escuela brinda distintos espacios comunes para el tiempo de esparcimiento, como la sala de recreo, el jardín y el comedor. La docente Dolores al igual que Alicia, la directora,

aportaron que en cada convivencia los alumnos se van turnando por año para mantener el orden de la sala donde se realizan los recreos, que es donde también se brinda té, café y galletitas. En ese caso se le asigna la responsabilidad del orden a cada año respectivamente. Para ello es necesario que cada uno asuma su propia responsabilidad, tanto como la responsabilidad compartida, entendiendo que la responsabilidad de uno compromete a la de todos (Salama, 2008). Los desayunos, los almuerzos y las cenas son compartidos en el salón comedor. La docente Blanca indicó que los profesores se reúnen en un comedor aparte, para compartir y conversar sobre el proceso de los alumnos y preservar la confidencialidad de cada uno de ellos.

La docente Dolores informó que el cuerpo docente está integrado por los tres directores, los docentes de cada materia y los ayudantes de las mismas. La docente Blanca añadió que los profesores a cargo de las materias son elegidos mediante concurso docente, por cuatrimestre se dictan tres materias y los profesores que asisten a la convivencia son aquellos que están a cargo de las materias correspondientes al cuatrimestre en curso. La directora Alicia añadió que los ayudantes son aquellos profesionales egresados de la escuela que comienzan una carrera docente colaborando en alguna materia. Del mismo modo, aclaró que las personas que colaboran en el sector de la cocina, si bien no interfieren en la formación, están incluidos en el campo y desde su rol, también conviven. La docente Dolores indicó que los ayudantes también se turnan durante el año, para ofrecer distintos soportes realizando tareas adicionales, lo que implica estar en el armado y desarmado de la convivencia. Durante la estadía, los alumnos, los docentes que dictan las materias y sus respectivos ayudantes, duermen en la escuela donde se realiza la formación; aunque la docente Celeste comentó que para los profesores no es obligatorio quedarse a dormir y algunos profesores deciden retirarse de la convivencia una vez concluida su actividad. Todas las personas que forman parte de la convivencia son elementos que no están aislados sino que componen el campo organismo-ambiente, que es donde tiene lugar la experiencia, exactamente en la frontera de contacto entre organismo y ambiente (Perls, 1976).

La directora refirió que la dirección se ocupa de toda la parte organizativa de la convivencia, desde realizar las compras para la comida hasta resolver situaciones complejas que se presentan durante la estadía. También la dirección realiza el seguimiento a los alumnos, conteniendo y acompañándolos en el proceso individual. Por observación participante en una de las convivencias (mes de octubre), se pudo presenciar durante un

recreo, como la directora (entrevistada) contenía a una alumna que había quedado movilizada luego de la clase. La alumna se expresaba con llanto ante la directora, contándole lo que le estaba sucediendo, la directora con una escucha activa y conversando con calma, logró estabilizar emocionalmente a la alumna, finalizando su encuentro con un abrazo. En este caso se observa a la formadora, cumplir con el rol gestáltico, de acompañar el proceso del otro, ayudando a la persona a distinguir lo que le sucede y a asumir la responsabilidad de lo que siente (Baranchuk, 1996).

Finalmente respecto a la transmisión del enfoque humanista y holístico, como el de la Terapia Gestáltica, la docente Blanca afirmó que se comprende al ser humano como totalidad, respetando la diversidad humana, es decir las diferencias con los otros. La docente también añadió en relación a la convivencia como modalidad pedagógica, que “el enfoque gestáltico no es solamente un enfoque psicoterapéutico, sino también un estilo de vida y gran parte de esto es la actitud gestáltica.” La actitud que caracteriza al terapeuta gestáltico está constituida por una actitud presente, consciente y responsable (Naranjo, 1990). Blanca añadió que “en la configuración del enfoque, la actitud gestáltica forma parte primordial, ya que la técnica no hace al enfoque sino la actitud.” En la formación de terapeutas gestálticos el aprendizaje se fundamenta en la actitud gestáltica y luego en el uso la técnica (Carabelli, 2013). El terapeuta gestáltico utiliza las técnicas como herramientas de intervención, sin embargo aprender la actitud es direccional en el enfoque. La directora respecto al enfoque y la actitud gestáltica aclaró, que la formación en el área clínica va más allá de lo terapéutico, busca alcanzar una actitud como persona y como profesional. Entendiendo que la TG es más que un abordaje psicoterapéutico, es arte, religión y filosofía, es una forma de vida, en la que el encuentro y la relación representa un acto creativo (Peñarrubia, 1998).

5.3. Analizar cómo contribuye lo convivencial en la formación de terapeutas gestálticos, por parte de los profesionales formadores en Gestalt

Tanto la directora como las docentes convinieron en sus respectivas entrevistas que la formación gestáltica considera un enfoque holístico de interacción existencial en su proceso de enseñanza-aprendizaje (Castanedo, 1998). Entendiendo que la Terapia Gestáltica consiste en un recorte del Enfoque Gestáltico con fines terapéuticos, la formación del terapeuta gestáltico aquí propuesta, toma la idea de que el enfoque es un estilo de vida y que se aprende viviendo, conviviendo. Siguiendo el lema propio de la Escuela que refiere al aprender el estilo de vida “Convivir, para aprender a convivir”.

En la entrevista a la docente Blanca se obtuvo que el Enfoque Gestáltico se aprende mediante la propia vivencia personal, que a su vez es una vivencia con otros. Según su opinión “en un contexto de convivencia se crean vínculos que acompañan y permiten profundizar más los procesos personales”, al igual que en el proceso terapéutico donde prima la relación en el encuentro (Castanedo, 1998). “La convivencia como modalidad pedagógica tiene de pragmático y de posible el compartir las vivencias con otros, en un lugar mucho mejor que en un aula, realizando un experimento” donde se permite experimentar y sentir en el ahora (Sinay & Blasberg, 1997). Blanca también comentó que en la convivencia se aprende a incorporar la actitud gestáltica, que tiene como trípode la responsabilidad, la conciencia y la actualidad, y en complemento a hacer uso de las distintas técnicas gestálticas. La docente añadió que “las técnicas en general son de alto impacto y en todos los casos apuntan al darse cuenta”, que significa aprehender, con todos los sentidos, el mundo tal como es y ocurre (Sinay & Blasberg, 1997).

La docente Celeste asegura que la convivencia implica una sensación de construir y ser construido, es decir que está dada por un saber acerca de uno mismo como parte constitutiva y constructiva de algo que lo excede como totalidad. En ese sentido es muy importante la congruencia entre lo vivencial y lo teórico, tanto como lo comunitario que se genera a partir de lo común y lo teórico, que en cuanto se quiebra se pierde el sentido de la convivencia. Se refiere a una experiencia compartida, no solo de lo singular sino de lo que es común a todos, creando una construcción colectiva donde las personas co-crean juntas, conformando una comunidad creativa de aprendizaje (Zinker, 1977). La docente aclaró que la convivencia es más que el compartir las vivencias con los otros, se trata de construir conjuntamente y de ser conscientes de eso.

En la entrevista a la docente Dolores se obtuvo que la convivencia aporta la intensidad en los vínculos que se generan en los diferentes grupos. Allí también se replican situaciones personales, que no pertenecen a la formación específicamente, pero que se manifiestan, como sucede en los grupos terapéuticos. Asimismo la docente Celeste añadió que la convivencia también favorece la regresión, lo que tiene de positivo es que bajan las defensas y se pueden trabajar algunas cuestiones específicas, como en una comunidad terapéutica, donde se apunta hacia la autosuperación y el autodescubrimiento (Polster & Polster, 1980).

La directora en su entrevista comentó que la formación con modalidad en convivencia favorece a aquel que está estudiando a encontrarse como persona y como profesional. El

campo de la convivencia procura una predisposición hacia el continuo encuentro académico entre personas, y de un contacto más personalizado entre alumnos, y entre alumnos y profesores. Añadió que si la formación no fuera en convivencia, quedaría por fuera el encuentro con los otros (por encima de lo académico), en el que se crea un vínculo donde se produce una transformación y un enriquecimiento mutuo (Zinker, 1977). Al igual que lo espontáneo entre profesores y alumnos, la experiencia desestructurante de convivir con otros desconocidos o la contención en el momento preciso que uno de los participantes lo necesita.

La docente Blanca expuso que en la convivencia cada persona tiene su propio tiempo para ahondar y permanecer en el proceso, sin la necesidad de ser interrumpido para ir al mundo cotidiano donde prevalecen los automatismos. En cambio el tiempo de la convivencia permite adquirir una conciencia distinta, permite percibir la diversidad, respetarla en sus diferencias y similitudes, valorar las interdependencias que existen y el modo en que influyen en el autoconocimiento. Así como el descubrimiento progresivo de uno mismo y del otro a partir de las técnicas gestálticas, que se aplican mediante la experimentación, facilitando el darse cuenta y provocando un aumento en el conciencia (Salama, 2008).

En relación a los conceptos sobre los que se sustenta la convivencia como modalidad de formación terapéutica, la modalidad favorece la incorporación de los conceptos gestálticos centrales que aparecen en la convivencia, y que mediante la práctica, en la experimentación, se incorporan como forma de vida. Algunos de los casos específicos en que se aplica la metodología teórico-vivencial a favor del aprendizaje en el Enfoque Gestáltico, son los que a continuación se obtuvieron de las respectivas entrevistas.

Según la docente Celeste los conceptos sobre los que se apoya fundamentalmente la convivencia, son la conciencia y el estar presente. Expresó que lo que está más presente en la convivencia es el continuo de conciencia, el prestar atención constantemente y mirarse a sí mismo y al otro, así como los mecanismos de defensa que se manifiestan (la deflexión, la proyección, la retroflexión, etc.), al igual que en la experiencia terapéutica, donde la persona trabaja sobre la realidad en tiempo presente (Polster & Polster, 1980). La docente Dolores añadió que el aquí y ahora, es central en el enfoque, puesto que la persona trabaja sobre ser consciente del momento existencial que vive en su momento presente (Castanedo, 1993).

La docente Dolores expuso también que “la noción de campo se presenta constantemente en la convivencia, en el comportamiento de cada persona como resultado del funcionamiento

del campo al que pertenece”, las sensaciones, las emociones y los modos de vivenciar, dependen del modo en que el campo se relaciona (Burga, 1981). Del mismo modo la docente refirió que “en la convivencia se observan los límites de contacto y el trabajo por reconocer los propios límites” lo que implica una búsqueda y crecimiento personal que favorecen el buen contacto con el ambiente (Polster & Polster, 1980). En relación a lo anterior Alicia, la directora, mencionó que “en la convivencia se ve reflejado fervientemente el contacto”, que se constituye como la actividad que permite la asimilación y el crecimiento de la persona (Perls et al., 1951), del mismo modo añadió que aparecen en el convivir, el experimentar en el encuentro y la aceptación. La docente Blanca expresó que “en los grupos aparece el trabajo sobre la aceptación de las diferencias o la tolerancia cuando no hay aceptación, así como desarrollar la empatía”, que resulta elemental en la relación terapéutica humanista (Peñarrubia, 1998). También, aprender a resolver conflictos a través de la autogestión como técnica, y a trabajar la convivencia, la cooperación y la competencia.

Retomando lo anterior, en la entrevista a la directora, Alicia comentó que cuando se trabaja la autogestión en la convivencia, se reflejan los modos en que los otros favorecen el proceso personal a partir de la horizontalidad con jerarquía del grupo, entendiendo la jerarquía como una cuestión de roles y no de poder, como en el caso de los profesores y los alumnos. La docente Dolores refirió, que otro de los elementos de trabajo constante en la convivencia es la responsabilidad, que se trata de la capacidad de dar respuesta ante determinadas situaciones (Perls, 1976). La directora añadió que la responsabilidad en los roles es fundamental para convivir, porque si cada uno no es responsable de sí y del medio al que pertenece, se rompe la regulación orgánica, y si no hay respeto no hay convivencia. En tanto que la regulación orgánica constituye una función de ajuste, de naturaleza conservadora, que representa la tendencia de los sistemas complejos a autorregularse (Zinker, 1977). La docente Celeste, defendiendo un posicionamiento particular y con una mirada holística sobre la Institución, se refirió a la regulación orgánica institucional, como actualmente ilusoria. Puesto que tal proceso demanda una actualización permanente y a nivel institucional según su opinión, prevalece una crisis que irrumpe en el libre movimiento institucional. Esto repercute en la transmisión del Enfoque Gestáltico, entendiendo como un transmitir en la teoría algo que no llega a suceder en la práctica y que tiene que ver con la relación de paridad institucional, que se rompe con las jerarquías verticales cuando emerge una concentración de poder. La docente cuestiona que el enfoque respeta la diversidad en

paridad y que si la institución no asume su responsabilidad ante esta crisis, los alumnos reciben como resultado un *como sí*.

En la entrevista a la docente Celeste también mencionó que la formación gestáltica esta favorecida por la convivencia, por el trabajo de lo vincular que se puede ahondar con profundidad, el fuerte de la convivencia es lo grupal, el grupo pone a prueba los límites de crecimiento personal (Zinker, 1977) y la profundización individual se sostiene en grupo. Es el entramado grupal el que crea una responsabilidad colectiva y permite la profundización en el propio proceso personal, es una cualidad que se le debe a la convivencia, viviendo en sociedad gestáltica se crea un nuevo clima colectivo de crecimiento personal (Polster & Polster, 1980).

En síntesis la convivencia contribuye a la profundización del proceso personal, a partir de compartir con otros el proceso formativo y de construir colectivamente la vivencia. Favorece el autoconocimiento tanto como el desarrollo profesional desde una mirada gestáltica. Posibilita la aplicación de conceptos teóricos en la práctica, entre los que se destacan la presencia, la consciencia y la responsabilidad, que constituyen la actitud gestáltica que se pretende llevar a cabo en la experiencia. La misma se ve enriquecida por la intensidad de lo vincular favoreciendo el contacto, el darse cuenta y la empatía, entre otros conceptos gestálticos que se manifiestan en la convivencia y que sirven a la formación del terapeuta gestáltico.

5.4. Describir la experiencia de la formación con modalidad en convivencia de terapeutas gestálticos que hayan realizado la formación y de alumnos que se encuentren realizando la formación gestáltica en el área clínica

En esta sección se desarrollará como ha sido la modalidad de convivencia durante la formación gestáltica de quienes hoy son terapeutas gestálticos y de los alumnos que actualmente están realizando la formación en la Escuela. Para la primera parte del objetivo, se recurre a las entrevistas y encuestas realizadas a los profesores de la formación gestáltica, que han sido a su vez, formados bajo esta modalidad en la Institución.

Tanto la profesora Blanca como la profesora Celeste fueron dos de las egresadas que atravesaron el cambio de modalidad durante su formación gestáltica. Ambas realizaron el primer año bajo la modalidad teórico-vivencial, cursando tres veces por semana y a partir del

segundo año se implementó la convivencia como modalidad. La docente Celeste indicó que el primer año es muy distinto al segundo, no sabe si atribuir la diferencia al pasaje de un primer a un segundo año o al cambio de modalidad. Refirió también que en la facultad se ponen en juego la inteligencia y la memoria, en cambio en la Escuela, la experiencia es la que está en juego en la formación, en la integración de lo que sucede en el ahora y lo que está experimentando el propio cuerpo (Allerand, 1992), resultando algo absolutamente novedoso. Celeste añadió que aquel primer año, si bien fue muy intenso, lo más fuerte fue lo individual, y posteriormente la constitución grupal que se ve favorecida por la experiencia, ya que la convivencia aloja en el grupo la propia experiencia. En la entrevista la docente también expuso que la Escuela significa una experiencia personal inigualable que vale la pena realizar. Luego de egresar, ella como terapeuta contó con la institución de respaldo (como todos los profesionales avalados por la Institución) y pudo efectuar un proceso de crecimiento institucional. Luego de varios años de permanencia en la institución, ocupando diferentes cargos institucionales.

La docente Dolores en su entrevista comunicó que según su experiencia, “la formación fue un proceso de transformación y de autoconocimiento, muy intenso.” El proceso implicó un aprendizaje de estar con otros aceptando las diferencias, junto con la aceptación de ser parte de un todo del cual también surgen diferencias. La convivencia le permitió compartir con otros las vivencias personales, aprendiendo a exponer la propia historia y trabajar lo propio junto con los otros quienes también se exponen, del mismo modo que el terapeuta gestáltico mantiene vivo su proceso de transformación y ayuda a crear consciencia en el otro (Fundación Claudio Naranjo, 2017). La formación colaboró en entender el significado de la intimidad, el respeto y la confianza grupal y destaca que a 11 años de haber terminado la formación, no solo mantiene un vínculo profesional sino también de amistad, con los colegas que han transitado la formación y han crecido a la par.

Según el docente y terapeuta gestáltico Eduardo: "la Gestalt más que una teoría, es una forma de moverse y de vivir en el mundo. La convivencia permite incorporar los principios gestálticos necesarios para convivir, como el aplicar las pautas gestálticas y el hacerse responsable en comunidad, que son aspectos que aparecen en la formación y que se relacionan directamente con ser parte de la comunidad” a la que pertenece y de la cual no se puede apartar (Polster & Polster, 1980). En su opinión nada en la convivencia está exento del aquí y el ahora, puesto que del campo se toma la consciencia de realidad. Asimismo la

convivencia enriqueció su mirada profesional, desde un saber psicológico y de vida. Entendiendo que un buen terapeuta no solo involucra el conocimiento académico y las técnicas gestálticas, sino que necesita de la propia vivencia personal y de la consciencia de comunidad. A modo de cierre, Eduardo comentó que habiendo realizado tres posgrados y contando con varios años de profesión, la modalidad en convivencia, fue la forma más armónica y nutritiva que experimentó, no solo en lo académico sino como una manera de vivir y transitar en el mundo, simbolizando el conocimiento de sí mismo como la expresión de una convivencia (Bello Canto, 2014).

Con respecto a la experiencia en la formación gestáltica con modalidad en convivencia de los alumnos en curso, de las encuestas surge que sobre las dificultades que aparecen en el proceso de convivir sirven al trabajo del proceso personal. Los alumnos encuestados identificaron como dificultades el trabajar la integración grupal, con las diferencias que se presentan, a partir de estar y compartir con otros, trabajando las expresiones de cada uno, las situaciones inconclusas o pendientes, las resonancias y la proyección. La convivencia funciona como un organizador de la vida institucional, donde se aprende a resolver los conflictos y a tomar decisiones individuales y grupales (Fouquet & Secchi, 2002).

La convivencia resulta una experiencia que enriquece la formación de los participantes, colaborando con aspectos, que se observan en esta modalidad, y que permiten el entendimiento conceptual de algunos constructos. En las encuestas, una de las alumnas (de primer año) expuso “me resulta imposible entender la Gestalt por fuera de la convivencia”, destacó lo corporal y lo vivencial, ampliando que el concepto de contacto, pudo ser comprendido en su completa dimensión mediante la forma en convivencia, puesto que hacer contacto es un proceso por el cual se comprende integrando todo en el cuerpo (Allerand, 1992). Del mismo modo, según lo obtenido en las encuestas a los alumnos en curso, algunos conceptos que lograron ser comprendidos a partir de la experiencia, fueron el autoapoyo, el ajuste creativo, la autorregulación orgánica, la figura-fondo y los mecanismos de defensa, entre otros. El autoapoyo, por su parte, funciona como recurso personal, a partir de las herramientas que se ofrecen en el proceso (Perls, 1976). Sobre la autorregulación orgánica, una alumna respondió que se manifiesta cuando el grupo regula su nivel de energía y trabaja en función de lo que necesita; otra alumna en cambio, respondió que el concepto lo observa en la variación de su energía corporal (como el cansancio) que a su vez le permite identificar sus necesidades. En ambos casos el proceso homeostático consiste en

una interacción del organismo con su ambiente, que le permiten alcanzar el darse cuenta de sí mismo en contacto con el campo (Burga, 1981).

En la formación en convivencia, los alumnos vivencian experiencias que resultan significativas para su proceso; mediante las entrevistas, los alumnos en formación mencionaron ejemplos de estas situaciones reveladoras, algunas de ellas fueron el trabajo con los personajes, con los sueños, con el árbol genealógico, con el contorno del cuerpo del terapeuta, así como el exponerse ante un grupo desde lo íntimo, trabajando la confianza. Una de las alumnas mencionó que mediante el trabajo de la confianza con el otro, pudo darse cuenta acerca de su posición ante el grupo y como repercutía en ella, es decir que logró una experiencia subjetiva que abarca una toma de consciencia total en el aquí y ahora (Sinay & Blasberg, 1997). Se vincula lo anterior con la entrevista a la docente Blanca, quien recuerda como significativo el trabajo con personajes, donde pudo descubrir la polaridad que habitaba el personaje y luego realizar el trabajo necesario para integrarlo, logrando un darse cuenta corporal.

Mediante las encuestas a los alumnos, también se examinó sobre las maneras en que se manifiestan durante la convivencia, los tres aspectos centrales de la Terapia Gestáltica, que hacen a la actitud gestáltica, el aquí y el ahora, el darse cuenta y la responsabilidad. Para cada caso los alumnos respondieron sobre el aquí y el ahora, que la experiencia de estar presente, implica estar enteramente en lo que se está experimentando en el momento en que sucede, también en el trabajo grupal y en el compartir con otros las vivencias, cabe señalar que al estar presente se involucran todas las vivencias y la interacción con el otro (Sinay & Blasberg, 1997). Sobre la responsabilidad, los alumnos respondieron que la misma se manifiesta cuando uno se hace cargo de lo que es propio (como la proyección sobre otro), para lo cual, se precisa de la identificación y la aceptación de lo que sucede, siendo responsable de cada vivencia (Latner, 1994). Del mismo modo el tener en cuenta al otro en los espacios comunes, ayudando en la limpieza de la sala de recreos o bien en la parte académica mediante el cumplimiento de los trabajos a presentar, como ser la realización de los talleres. Una de las alumnas alegó que la convivencia le ayuda a hacerse responsable de los puntos a trabajar que se presenten continuamente en su proceso. Finalmente sobre el darse cuenta los alumnos respondieron que en la convivencia transcurre a partir de la experiencia, en las clases, en las devoluciones o las rondas de cierre, aparecen continuamente cantidades

de darse cuenta, lo que permite tener un entrenamiento en el darse cuenta y cuanto más logre la persona vivenciarse a sí mismo, más aprenderá de sí (Perls, 1976).

Los alumnos encuestados expresaron sobre la convivencia como modalidad de formación que “Es la mejor forma de apropiarse de la vivencia.” Es como en la vida misma y que ante las dificultades que plantea, ofrece la contención necesaria. También comentaron que la convivencia es tan valiosa como enriquecedora para la formación y que la modalidad no debería modificarse. Una de las alumnas expresó “La convivencia es la mejor manera de aprender un proceso de formación psicoterapéutica por dos razones, porque trabajamos aspectos de nuestro propio crecimiento personal y porque vamos más allá de la teoría, para retroalimentarse el uno al otro.” En otras palabras se trata de compartir el darse cuenta fenomenológico que sucede en el espacio terapéutico (Yontef, 1995).

De las encuestas a los alumnos en curso, respecto a la elección de la modalidad en convivencia, se obtuvo que la convivencia brinda una posibilidad de vivenciar los aprendizajes teóricos desde la práctica. Siendo la experiencia, la forma más adecuada para aprender, cuando lo aprendido se asimila en la práctica, tiene lugar el aprendizaje gestáltico real (Carabelli, 2013). A su vez, la convivencia representa una modalidad novedosa y desafiante que prioriza la vivencia, impidiendo desconectarse de la realidad (por el hecho de llevarse a cabo durante un fin de semana). Los alumnos en formación se vivencian a sí mismos, como práctica de la Gestalt, lo que implica un proceso vivencial, experiencial, de sí mismo con otros (Perls, 1976).

A modo de cierre respecto a las experiencias en la formación con modalidad en convivencia de alumnos y de terapeutas gestálticos, todos los participantes que atravesaron la experiencia confluyen en la riqueza de poder experimentar con otros, compartiendo un proceso formativo a nivel humano y como profesional. A partir de los testimonios obtenidos se concluye que la convivencia nutre a las personas en formación a partir de lo significativo de sus vivencias, integrando los saberes de una manera vivencial con respaldo teórico, en el encuentro con los otros. Pudiendo aplicar durante la convivencia conceptos centrales de la Terapia Gestáltica que sirven tanto al ámbito terapéutico como a la vida misma. En todos los casos, los egresados y alumnos ratifican que la convivencia representa una experiencia inigualable de mucha intensidad emocional, que sirve a la formación gestáltica, a su vez reconocen que la modalidad de transmisión del enfoque resulta apropiada puesto que se

entiende a la Gestalt como una manera de vivir en el mundo y estar con otros, compartiendo y construyendo vivencias.

6. Conclusiones

Este Trabajo Final de Integración (TFI) hace foco sobre la enseñanza-aprendizaje a partir de una metodología teórico vivencial que utiliza la convivencia como modalidad de formación gestáltica, valorando el aspecto vivencial característico de la Gestalt (Salama, 2008). El trabajo de integración presentado tiene como objeto de estudio la exploración de la modalidad en convivencia, propuesta por la Institución, para la formación gestáltica en el área clínica. De la idea central de la convivencia como modalidad de formación, se desprendieron los objetivos específicos que han sido constatados a partir del desarrollo del presente trabajo, mediante la aplicación de los instrumentos y la posterior replicación de lo obtenido con el marco teórico. Tales objetivos refieren a la convivencia como modalidad de formación, a los aportes que ofrece la convivencia en la formación de terapeutas gestálticos según los formadores y a las experiencias en la formación en convivencia de terapeutas y alumnos en formación gestáltica. En todos los casos, los objetivos pudieron ser verificados en la práctica y respaldados en la teoría, logrando integrar la experiencia con el saber teórico, del mismo modo que sucede durante la convivencia.

Sobre la formación en Gestalt con modalidad en convivencia, para la formación de terapeutas gestálticos en el área clínica, se describió de qué modo está organizada la convivencia incluyendo todos sus elementos constitutivos del campo y sus diferencias en sus respectivos roles (alumnos, docentes, ayudantes y directores), del cual cada uno es responsable. La convivencia como formación teórica y vivencial de postgrado, aloja a sus participantes en la intensidad del proceso, durante tres años, compartiendo y construyendo con otros una forma de vida, más que una manera de intervenir en psicoterapia. Considerándola una experiencia en sí misma, la convivencia se constituye como un ciclo de la Gestalt al estar estructurada con una apertura, un desarrollo y un cierre en cada fin de semana de convivencia. Para la TG cada experiencia es un proceso, con un inicio y un fin, y en toda experiencia lo primordial es el contacto entre el organismo y su entorno (Traverso, 2009). Donde se pretende a partir de la experiencia, hacer contacto consigo mismo y con el ambiente, y lograr vivenciar distintos darse cuenta. La formación del terapeuta consiste en incorporar una forma de vida que se basa en desarrollar una actitud gestáltica, la TG intenta

vivir el aquí y el ahora, hacer conciencia del instante que se vive y asumir la responsabilidad de ser en el mundo (Velásquez, 2001). La modalidad en convivencia permite experimentar el proceso de enseñanza-aprendizaje e incorporar el enfoque desde la propia vivencia personal y compartida con otros.

Respecto a las contribuciones de lo convivencial en la formación de terapeutas gestálticos, según los profesionales formadores en Gestalt, se analizó que el enfoque al ser un estilo de vida se aprende conviviendo, organismo y ambiente se encuentran en una relación de reciprocidad, en la cual, el contacto (físico, verbal, emocional, etc.) permite completar el ciclo de la experiencia (Burga, 1981). A partir de la vivencia con otros, se ponen en práctica conceptos de la Gestalt que permiten ir desarrollando una actitud consciente, presente y responsable (Naranjo, 1990). De esta forma la modalidad contribuye fundamentalmente al desarrollo de la de la actitud gestáltica. La convivencia favorece el auto-descubrimiento dado que el tiempo de la convivencia permite adquirir una conciencia distinta, también contribuye a la comprensión de conceptos propios de la Gestalt como el campo, la responsabilidad y el aquí y ahora (entre otros). Del mismo modo permite percibir la diversidad y trabajar las diferencias y los límites de contacto, al igual que la metodología auto-gestiva y la experimentación. En la convivencia se puede profundizar en el proceso de aprendizaje, a partir del compartir las vivencias y de construir conjuntamente.

En función a la descripción de las experiencias de la formación con modalidad en convivencia de terapeutas gestálticos que realizaron la formación y de alumnos en formación en curso, los participantes dieron testimonio sobre la modalidad de formación refiriendo que implica un proceso de transformación y de auto-conocimiento muy intenso, el cambio ocurre cuando la persona deja de ser lo que no es para convertirse en lo que *es* (Burga, 1981). Mediante la convivencia los alumnos vivencian experiencias significativas para su proceso formativo. Entendiendo que la Gestalt enfatiza el sentir, el vivenciar, el descubrir y el explorar (Vásquez, 2000), y que más que una teoría, es una forma de vivir en el mundo, la convivencia permite reconocer e incorporar los principios gestálticos necesarios para la vida bajo este enfoque. En la formación mediante esta modalidad la experiencia es la que está en juego, involucra la propia vivencia personal y la consciencia de comunidad. Así como también, surgen dificultades que se trabajan en la convivencia y que contribuyen al proceso de formación, al igual que beneficios de tal modalidad, como el auto-apoyo. En suma la convivencia resulta un experimento para desarrollar la actitud gestáltica propia del enfoque, y

el vivir en una comunidad gestáltica implica alcanzar el crecimiento personal hacia el autodescubrimiento (Polster & Polster, 1980).

A partir de la construcción del desarrollo se concluye a modo de síntesis, que la formación gestáltica propone un modo de vida basándose en incorporar una actitud presente, consciente y responsable, mediante la co-existencia con otros. La formación consiste en trabajar sobre el propio proceso para luego, en el rol terapéutico, acompañar a otro en su proceso personal, habiendo incorporado el saber desde la experiencia. El terapeuta gestáltico entiende a la Terapia Gestáltica como un enfoque, una manera de ser e intervenir en el ámbito terapéutico, como en la vida misma. Por ello se aplica una modalidad en convivencia, para aprehender el enfoque gestáltico y aplicarlo en psicoterapia, promoviendo una actitud gestáltica en el encuentro con el otro. En relación a lo anterior, las autoras Fouquet y Secchi (2002) abordan la convivencia como la construcción del con-vivir, desde un aprender al aprehender, haciendo referencia al aprendizaje, como una producción resultado de un proceso individual llevado a cabo en interacción con el medio. Como expuso una de las docentes entrevistadas la convivencia implica una sensación de construir y a la vez ser construido, es decir que está dado por un saber acerca de uno mismo como parte constitutiva y constructiva de algo que lo excede como totalidad.

Cómo limitaciones y fallas del presente trabajo se encuentran, sobre la metodología el número de participantes, puesto que de haber contado con un número mayor, el trabajo hubiese estado más enriquecido por las diferentes experiencias y perspectivas. Sobre la recopilación de información, si bien se entregaron el número de encuestas correspondientes al total de alumnos en formación clínica y a los profesores en curso, una falla en el estudio radica en no contar con la totalidad de las encuestas contestadas, identificando como limitación la participación voluntaria de los alumnos que pese a ser comunicado personalmente y solicitada su participación para este trabajo, y contando con todo el fin de semana de convivencia (mes de octubre) para completar la encuesta, solo seis alumnos contribuyeron con su experiencia. En tanto los instrumentos seleccionados, la encuesta fue considerada en un primer momento y luego descartada, prefiriendo realizar entrevistas en todos los casos, finalmente terminó siendo necesaria a partir de las limitaciones de entrevistar a los alumnos. A pesar de no haber obtenido todas las encuestas, el resultado fue muy efectivo y práctico para el recaudo de información, por lo tanto, de haber realizado una

encuesta quizá más analizada y con mayor tiempo, se podría haber logrado un número mayor de encuestados y en consecuencia múltiples miradas según las distintas experiencias.

Continuando con las limitaciones del trabajo, una de ellas fue no poder contar con la observación participante en las clases teórico-vivenciales de la formación durante la convivencia, o en el cierre de convivencia, pudiendo únicamente llevarla a cabo en las aperturas de la Escuela. Respecto al procedimiento, las entrevistas fueron realizadas luego de haber finalizado la práctica profesional en la Institución, para lo cual hubiera sido mejor realizarlas durante la práctica e ir añadiendo distintos testimonios de formadores y terapeutas gestálticos allí presentes. Sobre la predisposición de la Institución para la elaboración de este trabajo, tanto los directivos como los docentes, han brindado muy buena voluntad para las entrevistas y para la entrega y recolección de las encuestas. Para concluir con las limitaciones del TFI, otra de ellas y sustancial, fue la base del material bibliográfico para la elaboración del marco teórico, ya que mayormente predominaron libros, puesto que pocos artículos de revistas científicas fueron encontrados y contemplados en esta investigación. Añadiendo que sobre la temática en cuestión no se encuentra bibliográfica específica, dado que hay escasas investigaciones científicas sobre este modelo y más aún sobre la convivencia como modalidad.

Desarrollando una perspectiva crítica, luego de haber procesado el material obtenido de las entrevistas y de la observación participante, y a partir de la elaboración del desarrollo del TFI, surgieron interrogantes sobre cómo se construye por parte de los formadores, el concepto de convivencia. En las entrevistas aparecieron disidencias sobre cómo se desarrolla el concepto de convivencia a nivel institucional. Entendiendo que la convivencia no se trata solo de una modalidad que se aplica, sino de formar una manera de vivir en el mundo. Por lo tanto, cuando aparecen conflictos entre quienes conforman la Institución, la convivencia se ve afectada por estos y en consecuencia quienes están en formación. El enfoque de la Gestalt actúa de manera holística para lograr un aprendizaje integrado (Yontef, 1995), la formación procura a los alumnos que puedan integrar sus aprendizajes desde la experiencia compartida. Allí, en la experiencia, es que sucede el aprendizaje y de algún modo el campo impacta sobre todos sus elementos. Por ello se considera significativo repensar la convivencia en términos de, qué es lo que está en juego a la hora de formar personas en un enfoque determinado, y cuánto afecta a tales personas que la convivencia intra institucional, presente conflictos o irrupciones en el libre fluir de la vida institucional. Para ello podría pensarse la creación de

un espacio durante la convivencia que sea exclusivo para los formadores, invitándolos a un momento de encuentro entre pares, para los docentes y directores de la Escuela que se encuentran en convivencia. Lo que se pretende es que se fomente el debate, el diálogo y la construcción compartida, que es propio de la convivencia, al igual que el trabajo vincular y cooperativo que sucede en el grupo. En las entrevistas se obtuvo que los profesores solo cuentan con dos jornadas anuales para docentes, se sugiere incorporar a la convivencia encuentros entre docentes, mediante la técnica de la autogestión. Allí el poder lo tiene el grupo y se practica el respeto por las pautas gestálticas para poder convivir, no solo en el mundo gestáltico sino en el mundo real. Es decir, contemplar la necesidad de las personas que conforman el cuerpo docente, brindando dos horas de taller para trabajar lo personal en relación al lugar que ocupa en el proceso de formación del que forma parte y que cada formador a su vez realiza su propio proceso personal. Se trata de vivenciar los conceptos desde la experiencia con los colegas, que son otros en paridad. Invitando a reflexionar sobre la responsabilidad de formar a otros, más aún si se habla de incorporar modos de vida, hábitos y formas de ser en el mundo.

La propuesta incluye una mirada reflexiva sobre el lema que promulga la Escuela “Convivir para aprender a convivir”, presentando un nuevo lema para los formadores que asumen la responsabilidad de formar y acompañar a otros en su proceso de aprendizaje, el cual consiste en “Convivir para enseñar a convivir”. Aquellos que son responsables de formar a otros en la Gestalt, atravesaron el proceso y cuentan con la experiencia de haber integrado el enfoque a sus vidas; en caso de llevar a cabo este espacio de construcción colectiva para formadores, la enseñanza se vería enriquecida por la actualización de la experiencia de los mismos. Es decir que el hecho de que puedan contar con un tiempo y espacio para seguir profundizando en la Gestalt, genera nuevos movimientos a nivel institucional además de que la formación ofrecida estaría aún más integrada desde el aporte de una actualización constante en los formadores. Lo que representaría es una re significación del aquí y el ahora a partir de las vivencias compartidas y las ideas construidas acerca de la convivencia. Como refiere Zinker (1977) el terapeuta gestáltico crea un espacio, un laboratorio, un campo de prueba para que la persona se explore activamente a sí mismo, en el cual el énfasis está puesto en el encuentro, la exploración y el aprendizaje.

Como aporte personal, la participación en el Congreso organizado por la Institución y llevado a cabo (en mayo de 2017) en la Ciudad de Mar del Plata, en cuyo caso, la autora de

este trabajo atravesó un breve periodo de convivencia con sus compañeros de pasantía, fue determinante para elegir el tema de investigación. Durante la estadía en Mar del Plata se puso en marcha el funcionamiento como grupo autogestivo conformado por los pasantes, siendo un tiempo de aprendizaje mutuo e integración que permitió comprender desde la propia experiencia el objetivo del presente trabajo de investigación. En referencia a la convivencia como una forma de aprender la Gestalt, durante el Congreso, se pudo vivenciar en la experiencia un acercamiento de lo que significa la modalidad en convivencia (ya que el grupo convivió un fin de semana). La experiencia resultó enriquecedora, y más aún con el intercambio de vivencias entre los pasantes, la oportunidad de convivir fortaleció los vínculos a nivel grupal, generando lazos por fuera de la práctica profesional. Y mediante la autogestión se pusieron en práctica los contenidos vistos durante el taller, logrando el funcionamiento como grupo autogestivo, el cual dependía del respeto de las pautas del programa (Cá & Wainer, 1994).

El haber atravesado la práctica de una manera vivencial, permitió valorar la experiencia desde otro punto de vista, fundamentalmente la experiencia de convivir con otros compañeros, pudiendo reconocer en la propia experiencia que el compartir el proceso con otros favorece el crecimiento personal a partir de vivenciar juntos el momento presente, el contacto y el darse cuenta, que según Perls (1976) son aspectos que conforman un único proceso, el de la auto-realización. El interés por explorar la convivencia resultó no solo como objetivo de estudio, sino que provocó la motivación de querer seguir indagando sobre la temática, así como también diseñar encuentros abiertos bajo la modalidad en convivencia, para personas que quieran desarrollar su potencial humano.

Luego de haber transitado la experiencia del TFI con todo lo que ello implica, se invita a la Facultad a considerar la inclusión de la convivencia como un formato de práctica de los contenidos vistos a medida que se va avanzando en el proceso de formación en Psicología. La propuesta a la Universidad de Palermo sugiere que se incluyan encuentros vivenciales por fuera de la cursada académica, como una posibilidad de aplicar lo visto hasta entonces. Una aproximación de la propuesta consiste en ofrecer dos encuentros anuales para alumnos de Psicología, organizados en una jornada por cuatrimestre de carácter no obligatorio, siendo una invitación para los alumnos que quieran experimentar, explorar, sentir en el cuerpo lo que significa ocupar un lugar y cumplir un rol terapéutico, en este caso como psicólogos en formación. Desde la práctica se aprende de un modo diferente y conviviendo se genera otro

tipo de vínculo inter personal que sirve al proceso de formación con los compañeros de carrera. Estos vínculos que surgen en la Facultad, probablemente se sostengan durante cinco o seis años, mientras se realiza la formación de grado. Por ello llevar a cabo este tipo de encuentros favorecería el aspecto vincular que se crea en los alumnos fortaleciendo los vínculos interpersonales y posiblemente los profesionales luego de finalizar los estudios.

La propuesta de la jornada convivencial para alumnos de la carrera de Licenciatura en Psicología serviría no solo para fortalecer los vínculos entre los alumnos, también para la práctica de los contenidos vistos en las materias. Las jornadas deberían incluir actividades intra e interpersonales, para trabajar el autodescubrimiento y lo vincular, como también, actividades de tipo *rol playing* para experimentar los diferentes roles del psicólogo y que mediante casos ilusorios propuestos, se puede jugar, plasmar en el cuerpo y en la acción, aquellos saberes vistos en clase y que al aplicarlos en la práctica (aunque sea una simulación) favorecen la integración, la comprensión conceptual y el desempeño profesional que el alumno tendrá luego de finalizar su formación. Tomando al igual que Perls, a Reich y a Moreno, se intenta incluir en la formación, al cuerpo y a la emoción, a partir de la vivencia. En vez de limitarse al pensamiento como fuente de saber, cuando la experiencia refleja el aprendizaje total, los ejercicios de dramatización y las localizaciones emocionales en el cuerpo, favorecen el registro emocional y junto con él, el aprendizaje integral, como el todo es mayor a la suma de sus partes, la Gestalt se configura como totalidad, al igual que el ser humano, que siente, piensa y actúa, el registro vivencial favorece el aprendizaje total.

Este trabajo intentó aportar información sobre la convivencia como una modalidad de formación, siendo esta modalidad innovadora y enriquecedora en la experiencia de sus partícipes, se focaliza en la convivencia como una manera de enseñar y aprender. El aprendizaje integra todas las vivencias que el ser humano atraviesa, de modo que dentro de la Psicología, más precisamente de las teorías gestálticas, este trabajo busca ampliar las líneas de investigación sobre la metodología que utilizaba Perls, quien en los últimos años de vida se dedicó a convivir con terapeutas en formación organizando una comunidad de terapeutas. El presente trabajo intentó revalidar la experiencia de Perls en la Gestalt, señalando que eligió una forma en convivencia para la transmisión del enfoque. Y a su vez, considerando que *Gestalt* en su lengua de origen se concibe como forma o configuración (Peñarrubia, 1998), puede considerarse a la modalidad en convivencia como una nueva configuración metodológica de enseñanza-aprendizaje. La convivencia representa una forma de transmitir el

enfoque mediante la experiencia misma de convivir, es con otros que se construye una forma de vida en la Gestalt. En la cual se propone una manera colectiva de trabajo a partir de crear vivencias con otros, como totalidad.

Como nuevas líneas de investigación se propone continuar desarrollando el dispositivo pedagógico de convivencia como una modalidad de enseñanza – aprendizaje en Gestalt. Al no haber investigaciones científicas que indaguen sobre la modalidad en cuestión, se aspira a profundizar en la temática y realizar nuevos aportes en futuras investigaciones para poder contribuir al desarrollo de la convivencia como modalidad pedagógica, que aún no está examinada. A su vez dados los beneficios que provee la convivencia en la formación y habiendo encontrado un trabajo del Ministerio de Educación de la Nación, sobre la convivencia en las escuelas, se plantea centrar como objeto de estudio a la convivencia por fuera del Enfoque Gestáltico, aplicando la modalidad en las escuelas, para poder investigar sobre su implementación en la formación de nivel escolar. El estudio al que se alude provee herramientas para construir una escuela más inclusiva, valuando la convivencia escolar como fundamental para la formación ciudadana del alumno. Los ejes sobre los que se sostiene conceptualmente son el otro como semejante; el sentido de las normas; el grupo, el trabajo en equipo y los proyectos colectivos; y la resolución no violenta de conflictos (Ministerio de Educación de la Nación, 2010). A partir de lo expuesto se plantea analizar cómo repercute la convivencia en la formación en los niños y jóvenes, en las instancias formativas de preescolar, primaria y secundaria. Con el objetivo de seguir investigando lo significativo de construir un aprendizaje compartido.

7. Referencias

- AGBA (2016). Escuela de Formación Gestalt. Buenos Aires. Recuperado de <http://agba.org.ar/escuela-formacion/>
- Allerand, M. (1992). *Piedra Libre. Terapia Gestáltica*. Buenos Aires: Omeba.
- Baranchuk, J. (1996). *Atención Aquí y Ahora: Terapia Gestalt*. Buenos Aires: Abadon Ediciones.
- Bello Canto, A. (2014). *Guía práctica para elaborar talleres vivenciales: 9 talleres "a punto"*. Buenos Aires: R.V. Ediciones.
- Burga, R. (1981). Terapia gestáltica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 13(1), 85-96.
- Ca, K. & Wainer, A. (1994). *Grupos de autogestión. Guía básica*. Buenos Aires: Era Naciente.
- Carabelli, E. (2013). *Entrenamiento en Gestalt*. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo.
- Castanedo, C. (1998). *Terapia Gestalt. Enfoque centrado en el aquí y el ahora*. Barcelona: Herder.
- Castanedo, C. (1993/2008). *Seis Enfoques Psicoterapéuticos*. México D.F.: El Manual Moderno.
- Dominguez Mondragón, G. (2011). Enfoque filosófico Gestalt de la Tanatología. *Horizonte Sanitario*, 10 (1), 21-31.
- Esalen Institute. (2017) Gestalt at Esalen. Big Sur, California. Recuperado de <https://www.esalen.org/page/gestalt-esalen>
- Fouquet, S. & Secchi, C. (2002). *Vivencias en Convivencia y ahora ¿qué hago?* Buenos Aires: Ediciones Tu Llave.
- Fundación Claudio Naranjo. (2017). Escuela Gestalt Viva. Chile. Recuperado de <http://www.fundacionclaudionaranjo.cl/escuela-gestalt-viva-2/>

- Ginger, S. & Ginger, A. (1993). *La Gestalt: una terapia de contacto*. México D.F.: El Manual Moderno.
- Institut Gestalt (2007). *Programa de Formación en terapia Gestalt*. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/44279785/gestalt>
- Latner, J. (1994). *Fundamentos de la Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Martín, A. (2006). *Manual práctico de psicoterapia Gestalt*. España: Desclée De Brouwer.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2010). *La convivencia en la escuela. Recursos y orientaciones para el trabajo en el aula*. Buenos Aires: Ed. Presidencia de la Nación.
- Naranjo, C. (1990/2002). *La vieja y novísima Gestalt: Actitud y práctica de un experiencialismo ateorico*. Santiago de Chile: Cuatro vientos.
- Peñarrubia, F. (1998). *Terapia Gestalt, La vía del vacío fértil*. Madrid: Alianza.
- Perls, F. (1976/1992). *El enfoque gestáltico & Testimonios de terapia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Perls, F. & Baumgardner, P. (1994). *Terapia Gestalt*. D.F. México: Árbol editorial.
- Perls, F., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951/1994). *Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Madrid: Soc. De Cultura Valle-Inclán.
- Polster, E. & Polster, M. (1980/2001). *Terapia Gestáltica*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Salama, H. (2008). *Gestalt de persona a persona*. México: Alfaomega Grupo Editor.
- Serra Undurraga, J. (2015). Justificar, fundamentar y pensar: una reflexión sobre el uso de las bases fenomenológico-existenciales en el enfoque humanista en psicología. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(1), 159-174.
- Sinay, S. & Blasberg, P. (1997/2003). *Gestalt para principiantes*. Buenos Aires: Era naciente.

- Stevens, J. (1976/2006). *El darse cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos, Editorial.
- Traverso, G. (2009). La terapia Gestalt: ¿un enfoque humanista o existencial? *Revista Castalia* 11(15), 37-44.
- Vásquez, F. (2000). La Relación Terapéutica del Aquí y el Ahora en Terapia Gestáltica. *Anales de la Facultad de Medicina*, 61(4), 285-288.
- Velásquez, L. (2001). Terapia Gestáltica de Friedrich Solomon Perls, Fundamentación fenomenológica-existencial. *Psicología desde el Caribe*, 7, 130-137.
- Yontef, G. (1995). *Proceso y diálogo en Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Zinker, J. (1977/2003). *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. Buenos Aires: Paidós.