

TRABAJO FINAL INTEGRADOR

La frustración del terapeuta.

Herramientas de formación en el modelo gestáltico.

Autor: Gastón Molina

Tutor: Dr. Ricardo Zaidenberg

## ÍNDICE

1. Introducción.....	3
2. Objetivos.....	3
3. Marco teórico.....	3
3.1 Los inicios del modelo.....	6
3.2 Fuentes.....	8
3.3 La figura-fondo.....	9
3.4 La autorregulación orgánica y el ciclo de la experiencia.....	11
3.5 El awareness o darse cuenta.....	13
3.6 La relación Yo-Tú.....	14
3.7 Transferencia, Transparencia y Transformación.....	15
3.8 La frustración del terapeuta.....	20
4. Tipo de estudio.....	20
5. Participantes.....	21
6. Instrumentos.....	21
7. Procedimiento.....	22
8. Desarrollo.....	24
8.1 El manejo de la frustración en el perfil del graduado.....	33
8.2 Aplicación de los egresados de las herramientas para el manejo de sus frustraciones.....	36
8.3 Similitudes y divergencias entre las herramientas teóricas para el manejo de la frustración y las realmente utilizadas.....	39
9. Conclusiones.....	44
10. Referencias bibliográficas.....	46
11. Anexos.....	46

## 1. INTRODUCCIÓN

La realización del presente trabajo surgió como corolario de la práctica profesional realizada en una asociación asistencial y de formación gestáltica. Dentro de las actividades que se realizaron en la referida práctica se encontraban la participación en reuniones de coordinación de distintos equipos (Adicciones; Niñez, adolescencia y familia; Parejas, entre otros), las clases mensuales de apertura de la Escuela de Formación en Gestalt, el equipo de Servicio de Atención a la Comunidad (SAC), entrevistas de admisión (en calidad de observador). También se previó la participación en diferentes talleres y charlas abiertas a la comunidad destinadas a la divulgación de las ideas del modelo gestáltico bajo la modalidad teórico-vivencial de dictado.

La Psicoterapia Gestalt abrevia en diferentes fuentes tanto filosóficas como modelos psicológicos entre los que se puede destacar el Existencialismo, la Fenomenología y la filosofía Zen como también el Psicoanálisis, la Gestalt-psychologie y la Psicología Humanística.

Específicamente la Escuela de Formación en Gestalt elegida, forma terapeutas en el modelo gestáltico y también a otros profesionales que pueden utilizar las herramientas del modelo para otras actividades profesionales. Y es dentro de ese proceso de formación donde se ubicó el foco de atención del presente trabajo, intentando dilucidar aquellos aspectos de la formación que apuntan a que el futuro terapeuta gestáltico pueda identificar y afrontar sus propias frustraciones en el transcurso de un proceso terapéutico.

## 2. OBJETIVOS

General:

Indagar cuáles son las herramientas que la Escuela de Formación en Gestalt proporciona al terapeuta para que éste pueda identificar y afrontar la frustración durante el curso de un proceso terapéutico y su aplicación en la práctica profesional.

Específicos:

- 1.- Explorar si dentro de la formación se aborda el manejo de la frustración en el perfil del graduado como una habilidad a desarrollar, tanto para la identificación como para el afrontamiento de la misma.
- 2.- Indagar la utilidad y aplicación en la práctica diaria que los egresados hacen de las herramientas recibidas durante su formación para el manejo de sus frustraciones.
- 3.- Identificar qué divergencias se observan entre las herramientas teóricas provistas durante la formación y las que efectivamente los profesionales llevan a la práctica.

### 3. MARCO TEÓRICO

#### 3.1 Los inicios del modelo

En la psicoterapia Gestalt resultan primordiales tanto la actitud como la relación con el paciente, más allá incluso de desarrollar una teoría de la psiquis o establecer técnicas eficaces (Peñarrubia, 1999). Este modelo toma forma y se establece a partir del trabajo de Frederick Perls y su esposa Laura Perls en los años 40 quienes enseñaron a terapeutas y pacientes el método del darse cuenta de raíz fenomenológica. El objetivo de este proceso es poder percibir, sentir y actuar en vez de interpretar y repetir actitudes preexistentes (Yontef, 1995). El enfoque existencial de este modelo implica la existencia total de la persona y no solamente tratar su carácter o síntomas (Perls, 1982).

Este modelo surgió como contrapartida a la rigidez del encuadre del psicoanálisis clásico ejercido por terapeutas también clásicos y por ende rígidos. Según Yontef (1995, p.5), “la terapia gestáltica también reaccionó contra la teoría psicoanalítica del cambio, que era pesimista acerca de las posibilidades de crecimiento y tenía un sentido limitado de las opciones disponibles.” En terapia Gestalt no se excava en el pasado en términos de represiones, conflictos edípicos y escenas primarias sino que se trata de una experiencia de vivir el presente, el aquí y ahora. El paciente aprende por sí mismo cómo integrar sus pensamientos, sentimientos y acciones en el transcurso de su vida y no solamente en el ámbito de una consulta psicológica (Perls, 1976).

Resulta de todos modos ineludible la impronta que el Psicoanálisis dejó en Perls más allá de los puntos en los que disentía, como indica Peñarrubia (1999, p.36), “sería más certero considerar a Perls como un neofreudiano que como un seguidor de la Gestalt-psychologie”. Además de analizarse con Keren Horney y Wilhelm Reich, el propio Perls se formó como psicoanalista, supervisando con Clara Happel, Karl Landauer y Eugen Harnick, y ejerció por más de veinte años llegando incluso a fundar en 1934, luego de emigrar de Alemania, el Instituto Sudafricano de Psicoanálisis (Peñarrubia, 1999).

Perls comienza a divorciarse del Psicoanálisis (más precisamente de Freud) a raíz de la frialdad con la que su fundador le recibiera en 1936. Perls cuestiona la manera de abordar el inconsciente, disiente de la primacía de la sexualidad infantil y no considera la transferencia como motor de la cura sino más bien como un rodeo inútil, entre otros temas que lo diferencian del psicoanálisis (Peñarrubia, 1999).

Desde la mirada gestáltica, el paciente es una persona que actualmente tiene un problema que continúa en el aquí y ahora desde un pasado y no una persona que una vez tuvo un problema. Es probable que se comporte así en el presente porque algunas cosas le ocurrieron en el pasado pero sus dificultades tienen relación con cómo se comporta actualmente. El poder resolver en el presente los problemas del presente es condición para que pueda aprender a resolver en el futuro sus problemas futuros (Perls, 1976). El terapeuta gestáltico adopta una posición en la que él no es quien cura o condiciona. El terapeuta gestáltico se percibe a sí mismo como un mero observador de aquello que va aconteciendo, de la conducta en curso y

actúa como guía para que el paciente pueda ir viendo y aprehendiendo fenomenológicamente (Yontef, 1995). Resulta también necesario recordar que cuando una persona busca psicoterapia lo hace, en primer término, no para esclarecer un pasado sino para modificar una insatisfacción del presente y por un deseo de mejorar el futuro (Vásquez, 2000).

La terapia gestáltica es, al decir de Yontef (1995), una filosofía y metodología general que se aplica con diversos estilos a una diversidad de tipos de pacientes utilizando para cada tipo o situación diferentes modalidades y ambientes. La terapia gestáltica implica libertad para trabajar con espontaneidad y creatividad sin perder responsabilidad. Esta responsabilidad implica saber qué se está haciendo y con qué fin.

En el derrotero de crecimiento de la terapia Gestalt, su fundador y principal exponente, Fritz Perls realizó tanto un trabajo de difusión como de profundización de sus ideas. Geográficamente se podría identificar este proceso como un paralelo entre su estancia en el este de EEUU (Nueva York) y sus consecuentes traslados hacia el oeste (California) culminando en Canadá.

En este camino fueron quedando cultores de sus ideas anteriores que rechazaban las nuevas, como Laura Perls que permaneció en la costa este y mantuvo una mirada de la terapia Gestalt más acentuada en la psicopatología con el objetivo de elaborar una teoría de la psiquis bastante cercana al psicoanálisis. Aquellos que conocieron al Perls del oeste, recibieron una terapia Gestalt más enfocada en la expresión de lo corporal, lo intuitivo y lo actitudinal (Peñarrubia, 1999).

Otros autores como Yontef (1995) entienden que la posición más meditada y mejor fundada de Laura Perls fue la que menor atención recibió y es la que debiera tomarse para desarrollar una teoría profunda sobre el enfoque gestáltico.

### 3.2 Fuentes

Se ha pensado que el nombre deriva directa y linealmente de la Gestalt-psychologie como el método de aplicación de la misma pero esto es erróneo. Si bien la Gestalt-psychologie es una de las fuentes de la terapia gestáltica, no sólo no es la única sino que la relación entre ambas es más bien de tipo metafórica. De la Psicología de la Forma (como también se llamó a la Gestalt-psychologie) la terapia gestáltica toma los conceptos de figura-fondo relacionados en una composición o configuración que se llama Gestalt. Esa figura se distingue y se relaciona con ese fondo del cual es indisoluble (Peñarrubia, 1999).

Otros conceptos que Perls tomó de la Gestalt-psychologie derivan directamente de las leyes de ésta última. La ley de pregnancia indica que la mejor forma de percibir es ver las cosas como simétricas, uniformes y estables. La ley de proximidad establece que los elementos que aparecen más próximos tienden a ser percibidos juntos. Según la ley de semejanza, figuras similares tienden a ser agrupadas juntas. Por la ley de continuidad se entiende que se tiende a percibir patrones suaves y continuos en vez de discontinuos. Las figuras cerradas se perciben más fácilmente y por eso a menudo se completan informaciones faltantes según la ley de cierre. Finalmente la ley de la relación parte-todo nos indica la conformación de gestalten (complejos figura-fondo) conformando un todo mayor a la suma de sus partes. Los principios

que enumeran estas leyes en cuanto a la percepción de los individuos son tomados por la psicoterapia Gestalt para comprender la manera en que las personas procesan y asimilan la información (Gross, 2004).

Para Naranjo (2002), los mandatos de la terapia Gestalt podrían resumirse en tres principios generales: la valoración de la actualidad, la valoración de la atención y la aceptación de la experiencia y, finalmente, la valoración de la totalidad o responsabilidad. Es aquí donde se evidencia el interés por el hombre real en su existencia genuina y desnuda que la terapia Gestalt hereda del Existencialismo de Kierkegaard, Nietzsche y Heidegger (Peñarrubia, 1999); pero más directamente, como el mismo Perls cita, del existencialismo de Friedlander (Frambach, 2002).

El enfoque gestáltico es netamente experiencial, implica vivenciarse a uno mismo e intentar una conducta para ver si funciona. Este enfoque experiencial es propio y exclusivo de la terapia Gestalt y está influenciado por religiones orientales como el taoísmo y el budismo Zen. En terapia gestáltica el objetivo para lograr el cambio está puesto no en el lograr el aumento del darse cuenta sino en el aumento de la capacidad del paciente de darse cuenta. La terapia gestáltica no habla "acerca de", sino que experimenta para descubrir cómo, justamente aquí y ahora, uno puede estar manipulando y evitando darse cuenta de esa manipulación (Yontef, 1995).

La relación con el Zen se evidencia en la invitación a suspender el pensamiento conceptual, en la apreciación de la espontaneidad y en un estilo más bien cortante y severo por parte del terapeuta (Naranjo, 2002).

El terapeuta gestáltico trabaja con el paciente tratando de mantener una actitud fenomenológica que le permita reconocer y poner entre paréntesis o dejar de lado los preconceptos que pueda llegar a tener. La fenomenología implica la búsqueda de la comprensión basada en lo que es revelado por la situación sin la interpretación del observador (Yontef, 1995).

La Fenomenología de Husserl distingue entre sujeto, objeto y conciencia. Esta conciencia o darse cuenta es un acto, una vivencia que no puede confundirse ni con el objeto ni con el sujeto. La fenomenología propone que se parta desde lo manifiesto, de aquello que aparece, que es dado a la conciencia en un determinado momento, centrando su interés en describir las vivencias de esa conciencia. La terapia gestáltica comparte estos criterios descriptivos y libres de prejuicios como así también la interdependencia del objeto y del sujeto (Peñarrubia, 1999).

### 3.3 La figura-fondo

Esta resulta una de las leyes de la Gestalt-psychologie que más desarrollo y utilización ha tenido dentro de la psicoterapia Gestalt. El ambiente sin diferenciar es el fondo o campo y el foco en el que se centra la atención y la actividad es la figura o Gestalt. La formación de la figura es el nombre que recibe el proceso de formar focos de atención y actividad en tanto que la satisfacción y desaparición de las necesidades se denomina destrucción de la Gestalt. Si bien no existe una traducción literal al castellano de la palabra Gestalt, se entiende la misma como

un conjunto, patrón o configuración, una forma cohesiva que no se puede dividir sin destruirla (Latner, 1994).

La formación de la Gestalt es la creación de una figura sobre un fondo que siempre se encuentra presente. Si bien puede disminuir en importancia al aproximarse la figura a nuestro centro de atención, este proceso se lleva a cabo en el contexto del fondo o campo. La relación de la figura con el fondo es una diferenciación de una parte del ambiente que toma un lugar de centralidad e importancia sin perder contacto con el resto del medio. Se trata más de una exaltación antes que un recorte. La Gestalt es una manifestación del ambiente que se muestra clara, definida y precisa sin dejar de permanecer incrustada en su fondo (Latner, 1994).

Una buena Gestalt es clara y la relación figura-fondo cambia constantemente a raíz del cambiante patrón de necesidades inmediatas de la persona. Cada fondo está organizado en base a una figura que surge fruto de una necesidad dominante en la persona. Cuando se satisface esa necesidad, se completa la Gestalt que organizó esa figura y ya no necesita energía del organismo dando paso a la formación de una nueva figura. Cuando no se llega a completar el proceso de formación-destrucción de una Gestalt o cuando no se reconocen o expresan las necesidades, se mantienen gestalten incompletas que presionan para ser atendidas generando interferencia en la formación de nuevas gestalten (Yontef, 1995).

Pueden entonces darse dos situaciones, o bien el sujeto moviliza su energía en pos de entablar un contacto satisfactorio con el ambiente, o bien se resiste al contacto. La forma que adopte esta resistencia tendrá relación con la historia del sujeto y los mecanismos que adoptó con anterioridad y configurará un mecanismo de defensa específico. Hay cinco tipos de interacción resistente y cada uno de ellos posee un tipo de expresión característico: introyección, proyección, retroflexión, deflexión y confluencia (Polster, 1989).

#### 3.4 La autorregulación orgánica y el ciclo de la experiencia

Esta relación entre organismo y ambiente se profundiza con el modelo de la autorregulación orgánica que describe el proceso de contacto y retirada de un organismo con su medio ambiente con vistas a satisfacer necesidades. Éste es el aspecto que, según la terapia Gestalt, se encuentra omnipresente en nuestro funcionamiento (Kepner, 1987).

La autorregulación del organismo apunta a un proceso biológico complejo mediante una representación holística, es una relación entre la conducta del organismo y sus múltiples necesidades. La autorregulación orgánica apunta a que el organismo pueda mantener un equilibrio que continuamente se altera por diferentes necesidades y su consecuente satisfacción. Con el concepto de autorregulación orgánica la terapia Gestalt describe el complicado proceso de lograr, perder y volver a obtener el equilibrio biológico. Ello no implica que siempre sea lo más sano sino simplemente que el organismo hace lo que puede con los medios de que dispone (Latner, 1994).

No existe una sola función del animal que no implique un contacto con el entorno, entre otras, respirar, moverse, alimentarse, abrigarse, reproducirse. Si el campo no está perturbado por otros factores como factores socioculturales, por ejemplo, la interacción entre el organismo y



el entorno se desarrollará a partir de la autorregulación orgánica del primero (Robine, 2005).

Una adecuada autorregulación orgánica depende de que el individuo sea capaz de lograr hacer contacto con su medio ambiente sólo por el tiempo necesario y luego poder retirarse y mantener así su diferenciación del medio. Cuando esto no se puede lograr, ya sea el contacto o la posterior retirada, se producen alteraciones en el ciclo que afectan al individuo. Cuando el límite entre el sí mismo y los otros se confunde se produce una alteración (Yontef, 1995).

Volviendo a los mecanismos de defensa-resistencia que fueron nombrados en el apartado anterior, el introyector utiliza su energía para incorporar pasivamente lo que viene dado del medio sin molestarse en aclarar sus preferencias. El proyector rechaza algunos aspectos de sí mismo atribuyéndoselos al ambiente. El retroflexor ni siquiera intenta influir en el ambiente reinvirtiendo su energía en un sistema intrapersonal e imponiendo severas restricciones para con el intercambio con el ambiente. El deflexor o no invierte energía en el ambiente o bien la invierte erráticamente dispersándose. Finalmente el sujeto confluyente se deja llevar por la corriente lo que supone un gasto mínimo de energía (Polster, 1989).

Cada uno de los mecanismos de defensa-resistencia implica una obturación o corte dentro del proceso denominado ciclo de la experiencia. Este ciclo describe la secuencia de interacción desde el momento del surgimiento de la figura generando una necesidad de satisfacción hasta el punto de recuperación del estado inicial luego del contacto con el medio. Desde el punto de vista del organismo, el ciclo es una secuencia de conducta que da por resultado la autorregulación orgánica. En un primer momento se genera una sensación que da cuenta de una experiencia. Por ejemplo, una persona puede identificar una molestia en la espalda mientras realiza otra actividad como podría ser la lectura de un texto. Las palabras que captaban su atención y eran figura comienzan a hacerse parte del fondo. Esa sensación de molestia y otras sensaciones conforman un todo significativo o Gestalt dando lugar a la formación de una nueva figura. Este proceso de cambio de una figura a otra se da, generalmente, en forma espontánea. La sensación es una información sin procesar, tal cual como proviene de nuestros sentidos, es el fondo desde el cual se organizará el funcionamiento. La formación de la figura surge de la combinación de esa sensación con su significado en términos de necesidad y la relación de ésta con el medio. Se da luego una movilización de energía tendiente a la puesta en marcha de una acción que podría ser, en el caso del ejemplo, el reconocer que la postura corporal adoptada resultaba incómoda y el lector se presta a estirar sus músculos y cambiar de posición. Esta acción, a partir del momento en que comienza a llevarse a cabo, es la conducta o movimiento que lleva al contacto. Finalmente ese contacto que implica el placer y satisfacción del acto de estirarse concluye la figura que se disuelve retrocediendo en el fondo. Las diferentes fases descritas de este ciclo generalmente no se identifican tan definidamente como la teoría expresa; la sensación no finaliza al comenzar la formación de la figura como tampoco desaparece completamente mientras se da la acción y el contacto. El objetivo de este modelo es describir aquellos elementos o pasos que debieran darse para mantener una buena autorregulación. Cada elemento resulta necesario para la buena conformación del siguiente, no habría una buena formación de figura sin una buena sensación previa. Del mismo modo, no se podría obtener una acción fuerte y completa sin que ésta fuera precedida por una buena formación de figura.

Puede suceder, también, que el entorno dificulte o imposibilite la satisfacción de una necesidad en determinado momento, debiendo el individuo postergar la conclusión de este proceso hasta un momento adecuado. Si esta situación se repite en reiteradas ocasiones dejando muchas figuras irresueltas, todo el sistema se vuelve disfuncional (Kepner, 1987).

### 3.5 El awareness o darse cuenta

Llegado este punto en el que la autorregulación orgánica se hace disfuncional es donde la terapia Gestalt se vuelve necesaria, ya sea porque el individuo no logra hacer contacto para satisfacer sus necesidades o bien porque, una vez resueltas, no logra “despegarse” del medio que lo rodea (Robine, 2005). El único objetivo en terapia Gestalt es el awareness o darse cuenta. Esto significa conocer el ambiente, hacerse responsable de las propias acciones, auto conocerse y aceptarse, poder hacer contacto y sólo durante el tiempo necesario (Yontef, 1995).

Se pueden diferenciar tres zonas o tipos de darse cuenta según Stevens (1983), un primer tipo sería el darse cuenta del mundo exterior, un segundo tipo el darse cuenta del mundo interior y finalmente un darse cuenta diferente a los anteriores y que tiene que ver con darse cuenta de lo que no es, un darse cuenta del mundo de la fantasía, de lo que imagino. El darse cuenta del mundo exterior refiere a lo que percibo del mundo sensorial, lo que veo, palpo, huelo y escucho en el presente. Todo aquello que, a través de mis sentidos, hace figura en este momento. El darse cuenta del mundo interior también es sensorial, tiene que ver con aquellas sensaciones internas que percibo. Las tensiones musculares, molestias, el latido de mi corazón, el movimiento de mis órganos, dolores de estómago y todo aquello que físicamente sucede en mi interior en el momento presente. Tanto el primer como el segundo tipo de darse cuenta guardan relación con el terreno sólido de mi experiencia, con todo aquello que se puede saber acerca de la realidad presente tal cual se está experimentando. Esto es el terreno sólido de la experiencia, todo lo que para la persona tiene existencia en el presente. El tercer tipo de darse cuenta engloba una percepción diametralmente opuesta, y por ende, complementaria. Es el darse cuenta de imágenes y cosas que no existen, al menos en la realidad presente. Este darse cuenta implica toda la actividad mental que involucra el más allá del presente, ya sea la evocación de un pasado (recuerdos) o la anticipación de un futuro que aún no sucede. Tanto uno como otro conllevan a una fantasía. El recordar, adivinar, explicar, pensar, imaginar o planificar no forman parte del presente y son una irrealidad, una fantasía. De todo ello se compone el tercer darse cuenta.

Una de las características del awareness es la implicancia del funcionamiento de la voz media. Este concepto de voz media ha sido tomado de la gramática del griego clásico en donde no sólo se tiene una voz activa (yo hago) y una voz pasiva (a mí me hacen) sino también una voz media que designa una voz indirectamente reflexiva. Implica que el sujeto es a la vez pasivo y activo en la acción. El awareness implica esta voz media en donde se es consciente del entorno y de las acciones que uno va tomando y de qué manera lo van, a su vez, implicando (Robine, 2005).

Se puede tener la sensación de entregarse a un proceso en marcha, perder la noción del tiempo en medio de una actividad. Esta sensación genera expresiones populares tales como dejarse fluir, que las cosas sigan su curso, etc. El sujeto está completamente presente en

aquella experiencia, comprometido, activo y sin embargo consciente de que lo resultante de aquel acontecimiento se debe a algo más que su propio accionar. La voz media permite agregar otro matiz a la expresión hablada cuando se refiere a la conducta y las relaciones. Es la modalidad de expresión que mejor articula la orientación fenomenológica del momento presente (Latner, 1994).

### 3.6 La relación Yo-Tú

La terapia gestáltica está centrada en el paciente pero con una relación horizontal: terapeuta y paciente hablan el mismo lenguaje, el lenguaje de estar centrados en el presente lo cual enfatiza la experiencia directa de ambos. Martin Buber (citado en Peñarrubia, 1999) influyó en el pensamiento de Perls a partir de su desarrollo del enfoque dialógico que le permitió a Perls sustituir el vínculo transferencial psicoanalítico por el encuentro dialógico y la relación puntual. La obra de Buber, *Yo y Tú*, ha sido desde su aparición una de las referencias gestálticas favoritas. Buber pertenece a la corriente fenomenológica en donde cuando se tiene conciencia, esa conciencia es conciencia de algo. La relación Yo-Tú es un encuentro sin finalidad ni codicia. En un encuentro de estas características cada uno tiene la posibilidad de descubrirse a sí mismo profundamente sin ser por ello manipulado por el otro, por el contrario, ambos son catalizadores del crecimiento recíproco en libertad (Peñarrubia, 1999).

Esta relación Yo-Tú está mediada por la auto-responsabilidad tanto del paciente como del terapeuta. También se hace necesaria una responsabilidad conjunta por la relación y el encuentro que se establece. Si el terapeuta se creyera responsable del paciente, favorecería la falta de responsabilidad de éste y reforzaría su propia idea de que el paciente no es capaz de regularse a sí mismo y crecer (Yontef, 1995).

El yo puede generar relaciones yo-ello (o relaciones objetales) o relaciones yo-tú. En un encuentro yo-tú las personas se tratan mutuamente como otro separado, como un fin en sí mismo y, por medio del diálogo, cada uno confirma que el otro es una conciencia separada e igual de importante que uno mismo. En tanto que en una relación yo-ello se persigue algo en vez de permitir que ese algo surja del compromiso de las personas como tales interactuando en una relación de contacto (Yontef, 1995).

Naranjo (2002) propone que la terapia Gestalt podría resumirse en la práctica del aquí y ahora en el contexto de una relación Yo-Tú. Ese compromiso para con el encuentro que se da en el aquí y ahora es lo que genera la sanación; entendiendo ésta como restaurar la totalidad. La sanación sólo puede ocurrir a partir y a través del compromiso entre dos o más personas que se encuentran en una relación Yo-Tú (Baranchuk, 1986).

En la base de la relación Yo-Tú se encuentra el contacto. El contacto se evoca como la realidad primera, lo más simple. No se habla aquí de relaciones sino de un esquema sensorio motor, de una manera de moverse y sentir a la manera de los organismos primitivos. Es un ir en busca de y tomarlo. La profundización de ese contacto devendrá luego en una investidura del objeto o de un otro. El contacto, entonces, participa en la generación de un vínculo, en la génesis de una relación objetal. El pasaje de esa relación objetal a una relación Yo-Tú se genera al profundizar en lo dialógico, al adentrarse en ese contacto de dos personas que se reconocen como tales (Robine, 2005).

### 3.7 Transferencia, Transparencia y Transformación

La utilización que la terapia gestáltica hace de la transferencia resulta diametralmente opuesta a la pretendida y difundida por el psicoanálisis. Para la Gestalt la transferencia es algo que sucede en el aquí y ahora y por tanto se utiliza para estimular el diálogo y la fenomenología experimental de la relación actual con el paciente. No se podrían conseguir resultados positivos sin enfrentar en forma competente la transferencia. Para lograr enfrentar y exponer la transferencia resulta necesario que ambos, terapeuta y paciente, se encuentren desde una perspectiva dialógica y fenomenológica que los haga transparentes el uno con el otro. Desde este lugar de encuentro Yo-Tú, enfrentando la transferencia (haciéndose el paciente responsable) y adoptando la transparencia en el encuentro es como se puede lograr la transformación del paciente (y por ende también la del terapeuta) (Yontef, 1995).

Mientras que para el psicoanálisis el comportamiento surge de una motivación inconsciente que se manifiesta en la relación transferencial, en Gestalt el paciente aprende a usar plenamente sus sentidos logrando auto-responsabilidad y auto-apoyo. La terapia gestáltica ayuda al paciente a darse cuenta de su proceso de darse cuenta. Para que esta relación Yo-Tú se dé es necesario el compromiso y la acción de ambas partes. La terapia eficaz requiere de un terapeuta libre de viejos asuntos para poder responder tal como es, para no caer en el error de transferir y proyectar en el paciente cuestiones propias (Yontef, 1995).

Si el paciente o el terapeuta desarrolla una actitud fóbica y rehúye del darse cuenta, pierde mucho material que se disocia, se aliena y sólo queda disponible como proyección. Existe una íntima relación entre el entender nuestras proyecciones y la reposición de nuestros sentidos (Perls, 1982)

### 3.8 La frustración del terapeuta

Es en este punto donde se evidencia la importancia de la formación del terapeuta. La falta de atención a los propios procesos podrían llevar al terapeuta a obviar aspectos propios que interfieran en el adecuado proceso terapéutico, ya sea por falta de responsabilidad sobre sí mismo o por adjudicarse una responsabilidad que le cabe al paciente. Este exceso de responsabilidades podría acarrear, entre otras consecuencias, la frustración de las nobles intenciones del terapeuta. Esta frustración del terapeuta en cuanto a su actividad dentro del proceso terapéutico implica no sólo el riesgo de malograr el estado del paciente sino también la posibilidad de verse el terapeuta involucrado en un proceso que se cronifique imposibilitándolo de asistir a otros pacientes. Usualmente la frustración del terapeuta guarda relación con sus propias expectativas narcisistas (Yontef, 1995).

Vale aquí iniciar por una definición del término frustración. El Diccionario de Psicología de Galimberti (2002) define a la frustración como la “situación externa o interna que no permite alcanzar satisfacción o lograr un fin” (p. 519). Las reacciones varían según la personalidad del individuo y las características de la situación. Muchas veces se pueden encontrar reacciones agresivas tanto para con otros como para con sí mismo aunque también puede desencadenar estados de angustia, impotencia y tristeza. El término comenzó a ser empleado por Freud (1912/1986a) quien la consideraba necesaria para el normal desarrollo del yo y la adaptación de éste a la realidad. Pasado cierto punto o umbral, la frustración se torna nociva para el

individuo desencadenando los efectos negativos referidos previamente. En el citado Diccionario también se indica que:

La frustración está en la base de la regla de abstinencia en el modelo psicoanalítico, por la cual el paciente no debe lograr satisfactores sustitutivos a sus síntomas y debido a ello la actitud frustrante del terapeuta se considera más terapéutica que gratificante (p. 519).

Numerosos son los estudios que dan cuenta de la importancia del estudio de la frustración en diversos ámbitos como así también analizando el fenómeno desde distintos modelos teóricos. Abram Amsel (citado en Baquero & Gutiérrez, 2007) desarrolló su Teoría de la Frustración basándose en el Modelo Conductual imperante en los años 50' observando que cuando el refuerzo no es predecible por parte del sujeto la respuesta persiste en tanto que los sujetos que fueron reforzados continuamente no encuentran motivación ante la ausencia de recompensa (Baquero & Gutiérrez, 2007).

Faiad de Moura y Pasquali (2006) desarrollaron un Test Objetivo de Resistencia a la Frustración partiendo del test proyectivo de Rosenzweig, Picture Frustration Study (PFT). La intención de los autores fue poder utilizar un test objetivo en los procesos de selección de personal. También se estudió el grado de tolerancia a la frustración que presentaban presidiarios en Brasil (Ferreira & Garcia Capitão, 2010) encontrando que una baja tolerancia a la frustración y su consecuente expresión agresiva resultaron predictores de actividades delincuenciales. Esta investigación se llevó a cabo utilizando el mismo test de Rosenzweig citado previamente. Por otra parte podemos citar a Cordero (2007) quien estudió el rol de la personalidad en la relación entre frustración – estrés y diversas reacciones afectivas. En este estudio se encontró que tanto la frustración como las demandas y amenazas predicen el desarrollo de afecto negativo como tristeza, excitación, desánimo, irritabilidad y reducción de la activación y la alegría.

También en el campo de la enfermería fue estudiado el estrés en estudiantes de enfermería y su relación con la frustración como lo indica la investigación de Amat et al. (1990) encontrando que a medida que aumenta la edad disminuye el estrés y se incrementa la frustración.

Como puede observarse, el estudio de la frustración ha sido y sigue siendo de interés en distintos ámbitos y desde la visión de diferentes modelos teóricos. Si bien excede las pretensiones del presente trabajo ahondar en la historia de la investigación sobre la frustración, se consideró pertinente referenciar algunos de los distintos ámbitos y modelos desde los que se la ha estudiado. Finalmente, Bacal y Thompson (1996) ahondan sobre el efecto de la frustración en el psicoanalista repensando algunos conceptos sobre la contratransferencia en psicoanálisis y su eficacia terapéutica. Este artículo resulta de particular importancia no sólo por la raíz común que tiene la psicoterapia Gestalt en el psicoanálisis sino por los cambios que evidencia este modelo relacionándose más con la visión que tiene la terapia Gestalt con respecto a las necesidades del terapeuta en tanto uno de los dos componentes de la relación dialogal Yo-Tú en el aquí y ahora de un proceso terapéutico gestáltico.

Freud (1912, 1986a) mostraba la frustración como un factor real exterior que, al no satisfacer la necesidad de amor del individuo, se convierte en la génesis de la neurosis. La influencia

patógena que ejerce la frustración en el sujeto provoca un estancamiento de la libido ante lo cual el individuo tiene dos opciones para mantenerse sano: o transformar esa tensión en una acción hacia el mundo exterior o sublimar la libido estancada y utilizarla para otros fines.

Además de la caracterización que Freud hace sobre la frustración en tanto uno de los determinantes de la neurosis, también la relaciona con las exigencias del súper-yo. En *El Malestar en la Cultura*, Freud (1929/1986b) nos dice que:

Otro hecho que pertenece también al ámbito de problemas –tan rico– de la ética es que la mala fortuna, vale decir, una frustración exterior, promueve en muy grande medida el poder de la conciencia moral dentro del superyó. Mientras al individuo le va bien, su conciencia moral es clemente y permite al yo emprender toda clase de cosas; cuando lo abruma la desdicha, el individuo se mete dentro de sí, discierne su pecaminosidad, aumenta las exigencias de su conciencia moral, se impone abstinencias y se castiga mediante penitencias (pg. 122).

En *Moisés y la religión monoteísta*, Freud (1939) identifica a las frustraciones reales como uno de los elementos que producen un cambio en la actitud que el niño en los primeros años de la infancia tiene hacia el padre. Mientras que al principio, el padre era supervalorado identificándolo con los reyes de los cuentos que escucha; más tarde, al pasar por frustraciones y bajo la influencia de la rivalidad, aparece una actitud crítica para con el padre. Más allá de la conceptualización de la frustración exterior como uno de los determinantes de la génesis de la neurosis, Freud toma este concepto en diferentes situaciones y a lo largo del desarrollo de la persona. A los efectos del presente trabajo se toma a la frustración en tanto aquella situación exterior a la persona que impide la concreción de algo que se deseaba o de lo que se tenía una expectativa.

Éste es también un punto que toma Lacan (1956) incluso desde un período anterior en la formación del sujeto. Lacan indica que es la madre quien enseña progresivamente al niño a experimentar frustraciones mientras que, al mismo tiempo, le enseña a percibir la diferencia entre la realidad y la ilusión. Indica que la diferencia entre lo real y lo ilusorio sólo puede instalarse por vía de la desilusión cuando la realidad no coincide con la alucinación que surge del deseo. La frustración entonces, según Lacan, tiene que ver con algo que se desea y no se tiene y se desea sin referencia a la posibilidad de satisfacción. Se sitúa en lo imaginario aunque el objeto de la frustración es un objeto real (Lacan, 1959).

Durante la etapa del Complejo de Edipo, es el padre quien frustra al niño de la madre. “Es el padre, en tanto que simbólico, quien interviene en una frustración, acto imaginario que concierne a un objeto bien real, que es la madre, en tanto que el niño tiene necesidad de ella” (Lacan, 1959).

Hasta aquí se ha visto que las situaciones que conllevan una frustración, generan en la persona que las experimenta distintas emociones. El terapeuta, en tanto que persona, también atraviesa estas vicisitudes al momento de enfrentar una frustración en el desarrollo de su tarea profesional. De hecho, el entrenamiento y la formación que posee pueden permitirle abordar esta situación de otra manera pero no así evitarla. Con una actitud abierta y predisposición, la persona (el terapeuta) que enfrenta una frustración puede advertir en esta situación una oportunidad de crecimiento y aprendizaje. Particularmente, el terapeuta

gestáltico entenderá estas situaciones como una forma de pérdida de contacto con el otro en el espacio dialógico que se plantea dentro de la relación Yo-Tú. Para atravesar y superar esta situación, el terapeuta intentará profundizar el darse cuenta de su situación en el aquí y ahora del espacio terapéutico, tratando de integrar aquellos aspectos escindidos de su self. Cuando la frustración haga figura en el espacio atencional del terapeuta, éste intentará ejercitar la transparencia con su paciente acerca de lo que le pasa intentando transformar y transformarse en el proceso.

#### 4 TIPO DE ESTUDIO

El presente trabajo se encuadra dentro del tipo de estudio descriptivo de análisis de casos.

#### 5 PARTICIPANTES

La muestra fue no probabilística de sujetos voluntarios. Se recolectaron las experiencias de 5 profesores y 10 egresados. En el caso de los profesores, los mismos fueron tres mujeres y dos hombres. Sus nombres son N, F, G, D y S. Cabe destacar que el orden de presentación de los profesores guarda relación con el orden cronológico en que se fueron tomando las entrevistas.

Para el caso de los egresados las encuestas se realizaron con 10 egresadas, todas mujeres. Sus edades varían entre los treinta y cuatro y cincuenta y tres años. Sus carreras de base son Psicología en ocho de los casos y dos psicopedagogas. Poseen entre siete y treinta años de profesión con entre tres y veinte años de especialización en Gestalt.

#### 6 INSTRUMENTOS

Los instrumentos utilizados fueron principalmente el análisis de entrevistas semi estructuradas realizadas a docentes y encuestas hechas con egresados de la Escuela de Formación en Gestalt. En la entrevista con profesores se trataron temas referentes a la definición del perfil del graduado de la escuela, la especificidad de la formación en el trabajo de la frustración, técnicas y modelos subyacentes. En cuanto a la encuesta a graduados, la intención fue ahondar en qué elementos o herramientas de las recibidas en la formación se practican de manera más recurrente, su utilidad, si hay algo que no tomen y por qué, así como también si recurren a herramientas propias o de otros modelos.

También se tomaron los datos obtenidos de la observación participante de las actividades llevadas a cabo en el marco de la Práctica Profesional ya que en muchas de esas actividades se incentiva a los pasantes a realizar aportes personales o compartir sus opiniones.

#### 7 PROCEDIMIENTO

Análisis comparativo de las transcripciones de las entrevistas identificando ejes temáticos, similitudes y diferencias.

En la primera etapa de la investigación se administraron las entrevistas a profesores intentando responder al objetivo 1. En una segunda instancia se realizaron las entrevistas a graduados a fin de obtener información relacionada al objetivo 2; cabe destacar que para el análisis de este objetivo también se tomó parte de la información suministrada por algunos de los docentes ya que previamente fueron también alumnos de la escuela. Finalmente, del

análisis del total de entrevistas sumado a los datos surgidos de la observación participante se intentó identificar categorías comunes y diferencias que permitan responder al objetivo 3.

Tanto el diseño como la desgrabación y análisis de las entrevistas fueron llevados a cabo por el autor del presente trabajo. En la parte final, en el apartado ANEXOS del presente documento, se encuentra el formato de encuesta que se entregó a los egresados y la transcripción de una de las entrevistas que se realizaron a modo de ejemplo.

## 8 DESARROLLO

Partiendo del análisis de las entrevistas y encuestas realizadas a profesores y ex alumnos de la Escuela de Formación en Gestalt, junto con la propia observación participante del autor, se encontraron diversos puntos de contacto en lo que refiere a la frustración en general, la frustración del terapeuta en particular, la manera en la que se enseña sobre este tema, los recursos que provee la escuela al futuro egresado y los beneficios que genera el poder adoptar una actitud positiva, abierta y proactiva que permita transformar cada frustración en una oportunidad de crecimiento y aprendizaje.

A partir de las actividades desarrolladas en el marco de la pasantía y de la información recabada durante las mismas, se tomó conocimiento de que la Escuela de Formación en Gestalt propone una modalidad de convivencia de un fin de semana completo una vez por mes. De esta manera, durante las nueve convivencias anuales los alumnos profundizan tanto en su formación personal como en las herramientas para su desarrollo profesional. El tiempo total de duración es de tres años y se ofrecen dos tipos distintos de formación, una en el área clínica (destinada a psicólogos y psiquiatras) y otra en el área organizacional que provee formación para la coordinación de grupos de trabajo en variados ámbitos profesionales desde veterinarios hasta economistas y administradores de empresas. El presente trabajo se basa en las consideraciones acerca del área clínica.

Dentro de la referida área, los alumnos profundizan en la formación personal, sus aspectos desconocidos y autoconocimiento. Este proceso de autoconocimiento se ve profundizado por el formato de convivencia que tiene la escuela, en donde toda la temática se aborda desde lo teórico y lo vivencial. Durante el segundo año del área clínica se continúa con este trabajo personal agregando técnicas específicas de la psicoterapia Gestalt. Finalmente en el tercer y último año se profundiza en desarrollo profesional a partir de ese autoconocimiento y las técnicas adquiridas en los años anteriores.

Además de la profundización del conocimiento personal, la escuela provee recursos para identificar, trabajar y superar la frustración que el terapeuta novel (y experimentado también) pueda enfrentar. Estos recursos pueden ser tanto internos, adquiridos a través del entrenamiento, como externos en tanto la institución provee y exige a sus terapeutas determinadas actividades. Entre los recursos internos se encuentra principalmente el desarrollo de la capacidad de aceptación de las situaciones con las que el terapeuta se encuentra y el cumplir con el requisito de atravesar (y mantener durante el tiempo de formación) un proceso terapéutico personal con un profesional avalado por la institución. Los recursos externos tienen que ver con toda la bibliografía provista durante la carrera; la obligatoriedad de supervisar su trabajo y participar de las reuniones de intervisión (un



dispositivo interno propio en donde se conjugan el trabajo administrativo del equipo con pequeñas supervisiones y trabajos teóricos), como así también el participar de las reuniones mensuales del Servicio de Atención a la Comunidad (SAC) en donde se abordan temas teóricos y se comparten experiencias entre todos los terapeutas.

Resulta oportuno destacar que se toma la transición entre la Escuela de Formación y el ingreso al SAC como un continuum de formación, es por este motivo que se analizan recursos que se dan durante los 3 primeros años de formación como así también recursos que tienen lugar una vez concluida la primer etapa y el terapeuta comienza a formar parte del SAC. Al respecto, N, una de las profesoras entrevistadas comenta que:

La entrada en el SAC que es como un posgrado del posgrado, donde ahí ya está la posibilidad de trabajar con pacientes y hacer supervisión con terapeutas con más conocimiento e integrar grupos de supervisión o intervisión. Todos esos son recursos con los que cuenta la persona.

### 8.1 El manejo de la frustración en el perfil del graduado

En esta sección se explora, a partir de las encuestas a los profesores, si dentro la formación se aborda el manejo de la frustración en el perfil del graduado como una habilidad a desarrollar, tanto para la identificación como para el afrontamiento de la misma; tal como se expresara en primer objetivo específico del presente trabajo.

De las entrevistas realizadas a los profesores surgen parte de los conceptos que se desarrollan a lo largo de la formación a modo de transmitir conceptos comunes para la interpretación de diversos fenómenos. Con respecto a la frustración, al alumno se le enseña que desde los primeros años de vida nos vemos enfrentados a una realidad que nos confronta y que frustra nuestros deseos. En este proceso nuestro ego juega un rol importante ya que si nuestro mandato interno se hace exagerado podemos no contar con las herramientas suficientes para poder atravesar la frustración que la realidad, el mundo exterior, nos imponga. He aquí donde pueden aparecer sentimientos de enojo, impotencia, tristeza. Uno de los profesores entrevistados, F, comenta al respecto que a los alumnos se les marca que: “la frustración es básica para la formación del self, del yo. Porque es lo que me diferencia entre el yo y el no-yo”. En este sentido Yontef (1995) describe al ego como los contactos del organismo con el ambiente, un sistema de respuestas. Más específicamente dice que:

El ego es el sistema de identificación y alienación del organismo. En una neurosis, el ego aliena algunos de los procesos del sí mismo, es decir, no logra identificarse con el sí mismo tal como es. En vez de permitir que el sí mismo proceda con la organización de las respuestas en nuevas gestalten, el sí mismo es mutilado (p. 49).

Por su parte G, otra de las profesoras entrevistadas coloca el tema de la frustración en un lugar preponderante dentro de la formación de la escuela comentando que:

Hablando en la escuela, la primer cosa que se aprende y que es tan difícil es “qué pasa con aquél que se frustra?” no ante un paciente sino por ejemplo ante una situación educativa. Hay montones de temas que pueden pasar que dentro de la vivencia o dentro de la teoría que puede ser que no sea lo que el alumno busque o quiera que pase o quiera que le pase. Ahí es primero aprender qué pasa con la frustración propia.

También se enseña que ante la situación de frustración, generada habitualmente por la no concreción de las expectativas que alguien tiene con respecto a algo externo, la persona puede optar por tomar esto como un desafío, algo de lo cual se puede aprender y mejorar. Como se vió en el apartado del marco teórico referente a este tema, ante la frustración el individuo puede transformar la libido estancada en una acción hacia el mundo exterior o sublimarla y utilizarla para otros fines (Freud, 1912, 1986a). El ego del terapeuta puede interferir en su trabajo si no está adecuado a su rol dentro del vínculo que se establece con el paciente. Si el terapeuta se considera el salvador, el curador, el que tiene todas las respuestas, no sólo se va frustrar sino que además resultará ineficaz y hasta perjudicial para aquél que confió en él para acompañarlo en su proceso terapéutico. La profesora N comenta sobre estos temas que se dan en la escuela que:

Como terapeutas tenemos esta cosa de ayudar al otro que es uno de los peores enemigos del vínculo terapéutico. Y tenemos esta cosa, más que de ayudar, además, de salvar. Todo terapeuta cree que es un salvador y eso es muy fuerte y es muy duro y es muy pesado y de ahí hay que partir. La verdad no es así, no estamos para salvar a nadie y de eso te das cuenta al tiempo de haber empezado.

Pareciera resonar aquí la letra de Lacan (1959) cuando expresa que la madre enseña al niño la diferencia entre lo real y lo imaginario por medio de la frustración. Esta frustración tiene que ver con algo que se desea y no se tiene y se desea sin referencia a la posibilidad de satisfacción. Sobre este tema, otra de las entrevistadas, G, coincide en esta relación entre ego y frustración del terapeuta y comenta que a los alumnos se les enseña que:

La frustración viene cuando un terapeuta tiene su ego muy grande; entonces del otro lado también hay otro. Puede ser que el otro no esté de acuerdo con algo que le hayas dicho. Y que se enoje. La frustración es eso, es el ego. Cuando hay un ego rígido, no hay manera... y los terapeutas tenemos lamentablemente bastante rigidez.

A medida que se van adquiriendo estos conceptos en la formación, a manera de recursos, se va haciendo notorio en el alumno que vale la pena entonces agudizar la percepción para poder identificar cuándo se activa en el terapeuta un mandato, un ideal, una necesidad interior de satisfacer un deseo personal, y (según las indicaciones de la Gestalt y los conceptos de la Fenomenología) poder poner esto entre paréntesis para así poder abrirse a un contacto genuino con el paciente que posibilite el desarrollo de un vínculo fructífero. Es regresar a las cosas mismas en vez de quedarse en el discurso sobre las cosas; trabajar a nivel de los hechos vividos antes de realizar una elaboración conceptual que los deforme (Peñarrubia, 1999). De no resultar así, el terapeuta se vería actuando bajo los influjos de mandatos auto impuestos de lo que debería ser o haber sido, llevando esta situación a forzar (o intentar hacerlo) al paciente o frustrarse cuando eso que debería ser o suceder ni es ni sucede. Algunas frases surgidas de las entrevistas pueden ilustrar esto ya que, si bien son apreciaciones personales, el método vivencial de enseñanza de la escuela hace que muchos de los conceptos se transmitan bajo la forma de experiencias personales. N, una de las profesoras entrevistadas, explica a sus alumnos desde su propia experiencia que:

Yo creo que me frustró como terapeuta cuando me equivocó, mucho. Cuando hago alguna metida de pata, cuando no veo algo, eso sí me significa una frustración. Creo que la

frustración, como yo la veo, es cuando me equivoco. Cuando no vi algo. Cuando no logro dar en el blanco, cuando viene alguien y realmente no conecto o no lo entiendo o el otro no se siente entendido. Me frustro porque digo yo, bueno esto yo debiera haberlo sabido, debiera haberme dado cuenta.

En este pensamiento se puede evidenciar la acción del super-yo en la mirada psicoanalítica que oprime a quien, por las vicisitudes de la vida, no ha logrado un resultado favorable en alguna acción emprendida. Freud dice en *El Malestar en la Cultura* (1929/1986b) que “cuando lo abruma la desdicha, el individuo se mete dentro de sí, discierne su pecaminosidad, aumenta las exigencias de su conciencia moral, se impone abstinencias y se castiga mediante penitencias”(pg.122). Por su parte, otro de los profesores entrevistados, D, también parte de su experiencia personal para remarcar a sus alumnos la importancia de identificar la frustración y trabajarla. Este profesor le dice a sus alumnos: “Yo la parte que me reconozco como sentirme mucho más frustrado era cuando no sabía qué hacer. No sabía cuál era la respuesta adecuada, según qué parámetro?”

Otro tema que se desarrolla en las clases es sobre las expectativas; y al respecto se le muestra al alumno que las expectativas que el terapeuta tenga para con el desarrollo del proceso terapéutico de un paciente como para con el paciente en sí, influirán directamente en la frustración que pueda experimentar. Bacal y Thompson comentan que:

Las propias necesidades narcisistas del analista pueden hacer difícil para él tolerar una situación en la que queda reducido al papel aparentemente pasivo de ser un espejo del narcisismo infantil del paciente, y por consiguiente, sutilmente o abiertamente puede interferir en el establecimiento o el mantenimiento de la transferencia especular (1996, pg.1).

Si bien es cierto que desde la práctica de la psicoterapia Gestalt (basándose en la fenomenología) se intenta no ser influido por las propias expectativas y las creencias particulares del terapeuta, lo cierto es que esto ocurre y debe el terapeuta estar atento para poder modificar su accionar. Caso contrario las expectativas generarán frustración en el terapeuta. Al respecto, la profesora N marca a sus alumnos su postura:

Yo hago más hincapié en las expectativas que yo tengo como terapeuta. Si yo tengo esta expectativa de ser la salvadora, la ayudadora, la que no sé qué, etc., seguramente me voy a frustrar. Porque a veces se me va a complacer y a veces no.

En la escuela se enseña que, si las exigencias del ego son grandes, o las expectativas que el terapeuta pone en su desempeño profesional o en los resultados a los que el paciente pueda arribar son desproporcionadas; y esto pasa desapercibido para el terapeuta como un riesgo en su tarea, aparece la frustración. Es en este punto donde se abren dos alternativas sobre qué hacer con esa frustración. El sujeto puede enojarse, violentarse (porque la realidad no es como él esperaba) o puede tomar esta situación como una oportunidad de cambio, de mejora, de aprendizaje y crecimiento. Más específicamente uno de los entrevistados, F refiere que a sus alumnos les muestra que:

La frustración es necesaria para el aprendizaje. Si vos no te frustrás no aprendés. Si vos no te frustrás no tenés que inventar nada nuevo. Todo aprendizaje tiene que ver con frustrarse, con darse cuenta de que esto no es así y que tengo que buscar otra manera. Por eso la frustración forma.

En consonancia con lo anterior otro de los entrevistados, D, enseña que:

La frustración es insoslayable. Tiene que ver hasta con el crecimiento de la psiquis. El desarrollo de los procesos mentales tienen que ver con la necesaria frustración que sería lo que, desde un enfoque freudiano, te introduce en el principio de realidad. La frustración estimula el crecimiento.

Para poder llegar a tomar la frustración como una posibilidad de aprendizaje y crecimiento, se enseña en la escuela la necesidad de alcanzar la aceptación de la situación. La aceptación resulta el primer paso necesario para luego poder encontrar alguna salida fructífera a la frustración. Sólo una vez aceptada la frustración, el terapeuta puede proponerse intentar un camino alternativo, un crecimiento, una nueva comprensión de lo sucedido. Es en la aceptación en donde se inicia el camino del crecimiento personal del terapeuta, esto no sólo lo hará mejor persona sino también mejor terapeuta y es desde este lugar que se le enseña a los alumnos sobre el valor de la aceptación. A modo de ejemplo se toma una frase de una de las entrevistadas, G, en relación a lo que transmite a sus alumnos: "Si yo acepto lo que el otro quiere y lo que el otro es, no me frustro. Si yo tengo una idea, un pensamiento, una creencia y no se cumple: me frustro. Por eso te digo expectativa versus aceptación."

Otro de los recursos que la escuela provee a sus alumnos es el desarrollo de su propio proceso terapéutico desde el lugar de paciente. Para el desarrollo de la actividad profesional de un psicoterapeuta resulta necesaria su experiencia como paciente. Esto es un requisito compartido por todos los modelos de psicoterapia y la psicoterapia Gestalt no es la excepción. Muy por el contrario, para culminar los estudios de especialización que ofrece la escuela en el área clínica resulta condición sine qua non el atravesar un proceso terapéutico con un profesional avalado por la institución, vale decir, un terapeuta gestáltico. Esto encuentra su razón de ser en, básicamente, dos motivos: por un lado resulta enriquecedor experimentar la posición del paciente para tener una acabada idea de la posición del otro dentro del vínculo terapéutico. Asimismo, el proceso en sí resulta en una profundización del autoconocimiento del futuro terapeuta, que le posibilita trabajar sus aspectos internos.

De este modo, ante una frustración, el terapeuta cuenta con un espacio en donde trabajar sus flaquezas, poder rever sus capacidades, errores, intentar nuevas formas y sobre todo superar la situación. La psicoterapia Gestalt ofrece al paciente la posibilidad de integrar las polaridades que se juegan en su interior, poder aceptarse y aceptar las situaciones que lo rodean.

Por otra parte, la escuela propone el modelo de la psicoterapia Gestalt como una filosofía de vida. De esta manera no se trata de una persona que como profesión desarrolla la psicoterapia Gestalt sino de una persona que vive la Gestalt.

Retomando los conceptos vertidos anteriormente en relación a la influencia del ego y las expectativas en la frustración del terapeuta y la tendencia descripta por los entrevistados en

cuanto a la rigidez de conceptos que pueden adquirir los profesionales, se hace más necesario aun el seguir trabajando sobre la propia persona para, de este modo, incrementar el horizonte de posibilidades de trabajo que el terapeuta tenga con sus pacientes puesto que nadie podría trabajar con otro algo que no tuviera previamente trabajado consigo mismo.

Por último también el terapeuta crece, profesional, personal y cronológicamente hablando, con lo cual las etapas de la vida que atraviesa y, por ende, los temas a tratar en su terapia personal van variando. Al respecto G, una de las profesoras entrevistadas le indica a sus alumnos que: “es indispensable seguir trabajando consigo mismo. Porque según las etapas de la vida, hay montones de cosas que aprender”.

Dentro de los recursos que se proveen a nivel conceptual, existe un concepto de fundamental importancia para poder entender la frustración del terapeuta y que es el concepto del miedo; más específicamente se trabajan los miedos del terapeuta en la materia Teoría y Procedimientos en Gestalt. La aparición del miedo en el terapeuta puede llevarlo a cometer errores y posteriormente frustrarse. Al respecto, la docente de esta materia, S comenta:

En una de las materias que doy yo, trabajo esta cosa del miedo del terapeuta y aparecen cosas insólitas eh. Aparecen cosas muy terribles, qué se yo. Hacemos escenas con los miedos del terapeuta. La materia se llama Teoría y Procedimientos en Gestalt, en primer año. Y uno de los temas es precisamente los miedos del terapeuta. Y hacemos escenas con los miedos de cada uno. Se arman en grupos y se trabajan los miedos y la resolución.

A modo de resumen sobre los recursos hasta ahora vistos, N una de las profesoras entrevistadas y titular de la materia El Rol del Terapeuta hace este racconto de los recursos provistos por la escuela:

La escuela le da muchos recursos. Los recursos que tiene es haber trabajado sobre sí mismo durante 3 años de una manera bastante profunda. En la escuela el grupo de compañeros no es terapéutico pero se trabaja con mucha profundidad consigo mismo para aprender las cosas porque es teórico y vivencial. El recurso que le da es un conocimiento de sí mismo bastante importante. Una conciencia importante de sus limitaciones y sus capacidades.

Uno de los recursos más importantes provistos por la escuela, más allá de los conceptuales, para el egresado es el espacio de supervisión que, al igual que sucede con el propio proceso terapéutico, no sólo es útil y necesario sino que obligatorio para aquellos terapeutas que, una vez culminados sus estudios, quieran formar parte del SAC. En este sentido, desde lo formal, el nuevo terapeuta deberá supervisar en forma quincenal sus pacientes durante por lo menos los primeros cinco años de práctica profesional dentro de la institución. De esta manera, el SAC discrimina los terapeutas en junior o senior dependiendo si alcanzaron o no este umbral de 5 años de ejercicio. Por otra parte, si la situación lo ameritase (generalmente en caso de terapeutas sin ninguna experiencia previa) se supervisa en forma semanal.

Los espacios de supervisión se dan en grupos de tres o cuatro terapeutas y un supervisor. El trabajo es conjunto y todos comparten sus opiniones sobre el caso expuesto por cada uno. De esta manera se logra una sinergia que repercute en el crecimiento de todos los involucrados. Los casos se trabajan no sólo desde el punto de vista de qué hacer con el paciente o cuál sería

el próximo paso, sino también desde el lugar de tratar de identificar qué le sucede internamente al terapeuta con ese paciente o con esa situación en particular.

Otro recurso disponible para los egresados de la escuela que trabajan en el SAC son los espacios de intervisión que tienen más relación con algún grupo en particular de los que trabaja dentro de la asociación, como por ejemplo el Departamento de Adicciones, el Departamento de Niñez, Adolescencia y Familia o el Departamento de Grupos. Si bien cada uno tiene su mecánica particular de trabajo, en todos está previsto tanto el compartir situaciones específicas que van a travesando los terapeutas con sus pacientes como temas teóricos puntuales a la manera de ateneos.

Por último, el SAC, organiza una reunión mensual con todos los terapeutas del servicio. Es estas reuniones, además de temas administrativos y de gestión, se tratan temas teóricos que se analizan a la luz de la experiencia de los mismos terapeutas. Resulta un espacio de intercambio de ideas muy fructífero tanto para el terapeuta novel como para el experimentado.

Resumiendo, entonces, durante la formación en la escuela el terapeuta recibe bibliografía en donde profundiza conceptos teóricos que luego lleva a la práctica a través de actividades vivenciales. En paralelo desarrolla un proceso terapéutico que le permite ir profundizando en sus propias debilidades y mejorando sus capacidades. Al egresar de la escuela puede formar parte del SAC en donde, además de sus reuniones mensuales, trabajará en espacios de supervisión e intervisión. En todas estas instancias tiene el terapeuta la posibilidad de trabajar con sus propias frustraciones.

## 8.2 Aplicación de los egresados de las herramientas para el manejo de sus frustraciones

Buscando responder al segundo objetivo planteado, en esta sección se desarrolla a partir de las encuestas a los egresados, la utilidad y aplicación en la práctica diaria que los egresados hacen de las herramientas recibidas durante su formación para el manejo de sus frustraciones.

Dada la extensión que se dio en el apartado anterior a la descripción de los recursos provistos por parte de la Escuela de Formación a los alumnos y graduados para poder hacer frente y trabajar con su frustración, en este caso sólo se remitirá a la exposición de aquéllos recursos mencionados por los terapeutas como los utilizados habitualmente en su práctica profesional.

Cabe destacar que el ámbito de la supervisión resultó uno de los recursos más nombrados y destacados por los encuestados a la hora de identificar los recursos que ponen en práctica para enfrentar una situación frustrante. F, terapeuta con seis años de especialización comentó: “lo resolví con supervisión básicamente, comprendiéndome.” Por otra parte M, terapeuta con dieciséis años de especialización indicó que: “lo resolví con supervisión o intervisión y dándome cuenta con qué de mi sombra tenía que ver”. Finalmente V, que cuenta con seis años de especialización fue más directa al indicar que el recurso utilizado fue: “supervisión, supervisión y más supervisión”.

Otro recurso referido repetidas veces por parte de los terapeutas entrevistados fue el de la propia terapia como forma de analizar aquellas situaciones que generan frustración en el terapeuta. Entre los resultados recabados se pueden encontrar comentarios como los de M que comenta: “sigo aprendiendo y tiene que ver con el continuo trabajo personal del terapeuta. Es el concepto de que somos instrumentos que tenemos que estar bien afinados”. Además, Mx con 6 años de especialización comenta que resolvió su frustración “trabajándolo en mi espacio de terapia, reconociendo mis propias frustraciones y limitaciones”. Finalmente, A, terapeuta con 5 años de especialización comenta que aprendió cómo identificar y afrontar la frustración “en la escuela, en mi terapia personal, y la sigo trabajando cada vez que aparece”.

El resto de los recursos referidos por los profesores entrevistados como el reconocimiento de las expectativas, la aceptación de las propias dificultades, el tomar la frustración como una oportunidad de aprendizaje, las intervenciones o las reuniones de los departamentos; aparecen también en los discursos de los terapeutas encuestados aunque con menor nivel de preponderancia.

C, terapeuta con 16 años de especialización comenta con respecto a las herramientas para identificar y trabajar con la frustración que:

Las aprendí en la escuela al internalizar el enfoque gestáltico. El darse cuenta del mundo externo y del interno, de la fantasía, de las expectativas, del nivel de exigencia, de la actitud responsable en relación a mi darme cuenta, etc.

Recordemos que, según Yontef (1995), “en terapia gestáltica el sí mismo, el darse cuenta y la espiritualidad son relacionales. El darse cuenta y la espiritualidad no emanan de la introspección, sino del diálogo en el campo individuo/ambiente” (p. 15) Esto refuerza entonces, la necesidad del propio proceso terapéutico del profesional para poder profundizar su capacidad de darse cuenta.

Con relación a las expectativas y la aceptación, G, terapeuta con veinte años de especialización comparte cómo resuelve las situaciones en que se siente frustrada: “lo resuelvo aceptando lo que se da en el aquí y ahora y soltando mis expectativas respecto a los pacientes”; en tanto que M J, terapeuta con 3 años de especialización indica que: “la frustración puede tener que ver con expectativas que tiene el terapeuta en relación a un paciente, con lo que deberá darse cuenta de esto y correrse de ese lugar porque no lo está ayudando al paciente”

Si bien no se registran alusiones específicas con respecto al trabajo sobre el ego, el enojo, los miedos y el aprendizaje, se infiere que al ser temas directamente propuestos por la escuela como parte de la formación y sobre los cuales se evalúa a los alumnos; son temas interiorizados y asimilados. Es probable que, dada la extensión del cuestionario, no se hayan detenido los terapeutas sobre estos contenidos específicamente.

Sí resulta, en cambio, interesante destacar que ninguno de los egresados nombró las reuniones del SAC como un recurso propicio para el trabajo sobre las propias frustraciones. Sin embargo, el autor participó de tres reuniones mensuales del SAC donde el tema principal de discusión giró en torno a los honorarios profesionales y las frustraciones que los terapeutas

enfrentaron con respecto a este tema. Es por ello que se considera el SAC no sólo como un recurso propuesto sino que, además, utilizado por los terapeutas que forman parte del servicio para plantear inquietudes, interrogantes y, sobretodo, sus frustraciones.

Finalmente, se rescata que unos pocos terapeutas encuestados hicieron referencia a herramientas o recursos adquiridos fuera del marco de la psicoterapia Gestalt. Graciela, terapeuta referida anteriormente, comenta que “mi formación en Constelaciones Familiares me refuerza lo aprendido en la Escuela de Gestalt, desde un costado espiritual”. Si bien, aparentemente, esta formación concuerda y refuerza los conceptos adquiridos durante la formación y no se trata de una práctica reñida con la Gestalt; no es un recurso que se trabaje específicamente dentro de la formación. O, por lo menos, no surge esta información de los datos recabados de las entrevistas a los profesores.

M, otra de las terapeutas referenciadas anteriormente, incluye dentro de los recursos que utiliza a la lectura (relacionado con el recurso de bibliografía ofrecido en la formación y comentado por los profesores) y el yoga como un recurso adicional y no propio de la formación en la escuela.

Así entonces, de los recursos propuestos y desarrollados durante la formación y luego de ella; los egresados remarcan mayoritariamente el espacio de supervisión. En menor medida se hace referencia a la propia terapia y los espacios de intervención; para finalmente obviar la bibliografía trabajada y sólo rescatar algunos elementos externos a la formación en Gestalt.

### 8.3 Similitudes y Divergencias entre las herramientas teóricas para el manejo de la frustración y las realmente utilizadas.

En esta última sección se indaga si se observan divergencias entre las herramientas teóricas provistas durante la formación y las que efectivamente los profesionales llevan a la práctica, lo que permitirá responder al tercer objetivo planteado.

La gran mayoría de los recursos identificados por los profesores entrevistados como elementos que ayudan al futuro egresado de la escuela, como así también, al egresado, se encontraron reflejados en las encuestas que contestaron los egresados de la escuela.

En cuanto a los recursos internos como el autoconocimiento a través del propio proceso terapéutico, el trabajo sobre el ego y las expectativas y la aceptación de las situaciones fueron referenciados por los egresados como útiles para el trabajo con sus propias frustraciones.

Asimismo, los espacios de puesta en común con pares, ya sea supervisión, intervención o reuniones del SAC; son recursos que, por su carácter de obligatorio para los miembros del SAC, no pueden obviarse y los egresados ratifican su efectividad para el tratamiento de las frustraciones. Se hace necesario en este punto reiterar que las reuniones del SAC no fueron referenciadas por los egresados consultados pero ello no impide su inclusión aquí habida cuenta de la información que surge de la observación participante del autor del presente trabajo. A partir de la misma se está en condiciones de ratificar que los egresados de la escuela que forman parte del SAC, hacen uso de este espacio para plantear y trabajar no sólo sus frustraciones sino también otros temas de índole teórica y referentes al desarrollo de su práctica profesional.



El único recurso que no fue nombrado en absoluto por los egresados consultados es la bibliografía. Éste resulta un recurso más que fundamental en cualquier otro modelo teórico. En el caso de los profesionales encuestados no mencionaron este recurso como uno que utilizaran a la hora de hacer frente a una situación de frustración. Sin embargo, los profesores hacen hincapié en las posibilidades que brinda el acceso a una amplia bibliografía. Los alumnos se nutren desde el primer momento con textos que hacen no sólo específicamente al modelo sino que también abrevan en otras fuentes y modelos sirviendo como complemento a los conceptos de la psicoterapia Gestalt.

A propósito del valor de la bibliografía como recurso, la profesora N remarca que: “la escuela propone una bibliografía importante que es un soporte externo; que para ser terapeuta es fundamental saber a dónde recurrir”.

Otro dato curioso resulta del hecho de haber consultado a los profesores sobre los recursos que desde la escuela se les brindaban a los alumnos para poder trabajar su frustración con el resultante material utilizado hasta aquí. Acto seguido, se consultó a los mismos profesores sobre la frustración como tema específico y si, como tal, se trabajaba con los alumnos. En este caso, algunos profesores dijeron desconocer si la frustración figuraba como tema específico dentro de los programas de las materias. La profesora G comenta al respecto que: “Yo no sé si como composición tema la vaca se trabaja la frustración. Se va viendo a través de todo el aprendizaje qué pasa con cada uno y también depende de las características de personalidad qué ocurre con alguien que se ha frustrado”; aunque luego en la entrevista aclara que: “yo sí hablo de la frustración, como te dije al principio, sino no aprendemos de nosotros qué nos pasa con la frustración y qué es la frustración”. La diferencia aquí parece surgir de tratar la frustración en general o la frustración del terapeuta en particular, ya que la frustración se ve como un elemento dentro de las herramientas que el terapeuta posee para el trabajo con el paciente, vale decir, se estimula a que el terapeuta frustre en el paciente ciertos aspectos neuróticos que podrían impedir el desarrollo del proceso terapéutico.

Otros profesores, por ejemplo dijeron estar seguros que el tema, como tal, era tratado en la materia El Rol del Terapeuta que dicta la profesora N. Como por ejemplo F cuando comenta:

Ahí están las materias como más prácticas que tienen que ver con proyecto profesional, el rol del terapeuta, supervisiones, etc. A veces también esto indica cómo uno va formándose como terapeuta, entonces aparecen las prácticas, aparecen las situaciones que uno tiene que ser supervisado, es expuesto en su rol profesional. También esto es frustración.

Ahora bien, al momento de consultar a N sobre este punto particular, informó que no se trataba como tema específico y que, a raíz de nuestro encuentro comenzó a plantearse la posibilidad de incorporarlo como tema y que desconocía si en otras materias se trataba. Específicamente N comentó que: “yo no sé en otras materias; en las mías creo que no he tomado este tema. Me parece que ahora podría pensarlo, podría investigar un poco más sobre eso, incluirlo en el programa a ver qué significa”. En consonancia con esto, el profesor D también comentó que:

Yo creo que en algunas materias sí. No como parte de la currícula y como una consigna de prestarle especial atención a este tema. Yo creo que siempre aparece el tema de la frustración.

Ahora cómo lo trabaja cada uno, si es una clase especial sobre la frustración o no, no lo sé. Todo el tiempo con lo que se trabaja es con la frustración en sí a través de cierta regla y de ciertas revisiones. Ahí generalmente lo que siempre aparecen son situaciones de frustración, personal, profesional. Se trabaja indirectamente. Puede ser que alguno tome en alguna clase particularmente el tema. Que yo sepa no es algo y no sé si debiera serlo tampoco. Lo puedo pensar porque me está resultando interesante. Porque es un tema que es importante y que está medio, no sé si descuidado, pero por ahí no necesariamente enfatizado de modo tal que haga figura.

También, incluso, algunos egresados referenciaron esta misma materia como una materia en donde trabajaron el tema de la frustración, como comenta V: “En la Escuela hay una materia que se llama Rol del Terapeuta que se da en segundo año donde se trabaja específicamente con el rol y sus vicisitudes”.

## 9 CONCLUSIONES

Durante el desarrollo del presente trabajo se ha visto cómo y cuáles son los recursos que la Escuela de Formación en Gestalt proporciona al terapeuta para que éste pueda identificar y afrontar la frustración durante el curso de un proceso terapéutico y su aplicación en la práctica profesional. Según lo que surge de las entrevistas realizadas, a los alumnos se los forma y entrena en habilidades que hacen a la identificación de sus características personales, el desarrollo de un vínculo con los futuros pacientes, la identificación de sus propias expectativas, la aceptación de las dificultades con que pueden enfrentarse y la posibilidad de convertir la frustración en una oportunidad de crecimiento y aprendizaje.

Asimismo, el hecho de poseer un espacio propio de terapia personal sumado al trabajo de autoconocimiento que se desarrolla en las convivencias de la escuela, ofrecen al alumno posibilidades de indagar, asimilar y mejorar aspectos personales que luego le serán de utilidad no sólo en el ámbito profesional sino también en todas las actividades que desarrolle.

Situación similar a la anteriormente expuesta se da con las reuniones de supervisión, las reuniones de intervisión en los diferentes departamentos y en las reuniones mensuales del SAC, siendo todos ellos ámbitos en donde el terapeuta puede plantear, y plantea, dificultades tanto a nivel del desarrollo de un proceso terapéutico particular con determinado paciente, desafíos que el paciente presenta, como así también obstáculos, impedimentos o retos desde su rol de terapeuta dentro de esos procesos terapéuticos que atraviesa con sus pacientes.

Finalmente, toda la bibliografía utilizada durante la formación, tanto obligatoria como optativa, hace las veces de reservorio material de conocimiento al que el terapeuta tiene acceso en caso de necesitar reforzar algún tema, atravesar una situación en la que se siente estancado o simplemente adquirir un nuevo punto de vista. Este recurso es, según lo informaron los profesores entrevistados, muy importante y necesario.

Llama la atención que, al contrario de la opinión de los docentes, una de las diferencias significativas que surgen del análisis de las encuestas realizadas a los egresados resulta el hecho de no haber identificado a la bibliografía trabajada como un recurso que pudiera

brindarles herramientas al momento de identificar, trabajar o superar una situación de frustración.

Independientemente de lo anterior, los egresados refieren utilizar todos los recursos provistos por la escuela durante su formación. En mayor medida hacen referencia a la supervisión y la propia terapia, para luego mencionar los restantes recursos detallados.

A partir de los datos relevados por los instrumentos, resultan claros para el autor del presente trabajo dos hechos relacionados entre sí. Por un lado la Escuela de Formación en Gestalt ofrece recursos y entrena a sus alumnos en el manejo de la frustración, tanto del paciente como la propia del terapeuta. Por otro lado, este tema particular de la frustración del terapeuta, si bien es importante, carece de un lugar específico en el desarrollo de la currícula (al menos de las materias de los profesores entrevistados).

Pareciera evidente asimismo, a la luz de congruencia entre las respuestas de los profesores y los egresados, que el tema es tratado en profundidad, pero más bien como algo que atraviesa el resto de la temática abordada. Quizás sea por ello que, al ser entrevistados, algunos profesores comentaron sobre la posibilidad de incluir la frustración del terapeuta como tema en sí, habida cuenta de la relevancia que le redescubrían a partir de la entrevista y el conectarse con el tema.

El autor de este trabajo se encuentra sumamente agradecido por la apertura y posibilidades que le han brindado los miembros de la Escuela de Formación en Gestalt. Se le ha permitido una posición privilegiada de poder cruzar la currícula, las perspectivas personales de algunos de sus docentes y las experiencias de los egresados. De este cruce surgen posibles líneas de acción para evaluar a fin de mejorar (lo que el autor considera) la ya excelente formación de esta institución.

Surge la pregunta entonces si tal vez no sería conveniente rever la factibilidad de incluir la frustración del terapeuta como una temática específica dentro del programa de alguna de las materias que se dictan. Si bien, tanto profesores como egresados coinciden en los recursos recibidos dentro de la escuela y, a su vez, mayoritariamente los alumnos no hacen referencia a otro tipo de recursos (no adquiridos en la escuela) para tratar este tema; se incluye la pregunta acerca de si no sería positivo incluir un espacio más específico donde los futuros terapeutas puedan reforzar aquellos recursos que no surgieron tan enfáticamente como lo fueron la supervisión y la propia terapia. Exaltar, por ejemplo, el valor de la bibliografía incentivando la búsqueda propia y original de cada terapeuta.

Siguiendo la línea especulativa del párrafo anterior, se pregunta si quizás no se podría llegar a considerar la posibilidad de generar un espacio donde docentes y directivos puedan repensar los contenidos dictados a la luz de las necesidades y experiencia de los nuevos grupos de alumnos que van ingresando, así como también tomar la retroalimentación que los egresados actualmente trabajando en el SAC podrían brindar sobre sus necesidades y obstáculos en el desarrollo de la práctica profesional. Esta inquietud surge a partir de un comentario de uno de los profesores durante la entrevista que, además de la frustración del terapeuta, indicó que había otros temas que se podrían poner en un plano más elevado de trascendencia dentro de la escuela como por ejemplo la transferencia y la contratransferencia. Al respecto, el profesor

indicó que, al igual que con la frustración, eran temas que se trataban continuamente pero no en forma específica o directa.

Quizás futuros análisis con mayor información sobre profesores y alumnos pueda arrojar más luz sobre el tema habida cuenta que en el SAC, por ejemplo, son más de setenta los profesionales que actualmente se desempeñan.

Por otra parte se destaca, retomando el objetivo del presente trabajo, la importancia de desarrollar en los terapeutas habilidades prácticas que les permitan identificar, trabajar y superar las situaciones de frustración con que se podrán enfrentar a lo largo de su práctica profesional. Resulta elogiable la labor llevada a cabo por parte de los profesores y directivos de la Escuela de Formación en Gestalt con respecto a este tema. La importancia del mismo rebasa incluso el ámbito de aplicación de la psicología clínica alcanzando cualquier disciplina. Resultaría también por ello interesante el transmitir estos conocimientos a los alumnos del área organizacional, ámbito en el cual profesionales de otras áreas también podrían verse beneficiados con estos conocimientos.

Asimismo, se desea remarcar la profesionalidad y aplomo con que se desempeñan todos los profesionales de la institución, tanto directivos como profesores, alumnos y egresados. Resultan palpables la sólida formación y contención que estos profesionales reciben, razón por la cual se encuentran capacitados para atravesar y superar situaciones de frustración.

Resultó por demás interesante y de un crecimiento personal la realización del presente trabajo final integrador. En paralelo con el hecho de ir imbuyéndose en la temática elegida desde lo teórico se fueron generando expectativas con respecto a la futura redacción del trabajo y los alcances del mismo. Como se vio anteriormente, si las expectativas no coinciden con la realidad ya sea por ser exageradas como sino simplemente porque la realidad no las ratifica, uno se frustra. Y esto fue lo que sucedió, el autor tuvo que enfrentar la frustración de no llegar a conseguir tantas encuestas como previó, aunque sí las necesarias para la conformación del trabajo. También resultó frustrante el no poder entrevistar algunos de los profesores que hubiera querido entrevistar, no por falta de predisposición de los mismos sino que simplemente por impedimentos de agenda o viajes programados. Quizás si el tema elegido hubiera sido otro, el resultado no hubiera sido el actual; pero gracias a las enseñanzas de los profesores entrevistados y la recopilación de experiencias de los terapeutas egresados de la escuela, se pudo convertir esa frustración inicial no ya en enojo o tristeza sino que en una posibilidad de crecimiento y aprendizaje. En este sentido el presente trabajo marca un crecimiento no sólo a nivel profesional sino también a nivel personal por el aprendizaje realizado.

## 10 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amat V., Fernandez C., Orts I., Poveda MR., Romá MT., Ribera D. (1990) Estrés en estudiantes de enfermería. Revista el Rol de la Enfermería 140 75-8.

Bacal, H. A. y Thomson, P. G. (1996), Las necesidades de selfobject del psicoanalista y el efecto de su frustración en el curso del tratamiento: una nueva visión de la contratransferencia. Intercambios: papeles de psicoanálisis, 1: 67-78

Baquero, A. & Gutiérrez, G. (2007). Abram Amsel: Teoría de la frustración y aprendizaje disposicional. Revista Latinoamericana de Psicología, 39, 663-667.

Baranchuk, J. (1986). Atención!! Aquí y Ahora. Buenos Aires: Abadon Ediciones

Cordero, S. (2007). El rol de la personalidad en la relación entre frustración - estrés y diversas reacciones afectivas: resultados de una investigación. Ciencias psicológicas. vol.1, n.1, pp. 47-69.

Ferreira E. O. & Garcia Capitão C. (2010). Investigação de grau de tolerancia   frustra o em presidi rios. Aletheia, Revista de Psicologia, 31, 97-110.

Frambach, L. (2002). Las ideas de Salomo Friedlander, en Gestalt de Vanguardia compilación de Claudio Naranjo, Vitoria: La Llave.

Freud, S. (1986a). Trabajos sobre técnica psicoanalítica y otras obras. Sigmund Freud Obras Completas. Tomo XII. Buenos Aires: Amorrortu editores (texto original de 1912).

Freud, S. (1986b). El porvenir de una ilusión, El malestar en la cultura, y otras obras. Sigmund Freud Obras Completas. Tomo XXI. Buenos Aires: Amorrortu editores (texto original de 1929).

Galimberti, E. (2002). Diccionario de Psicología. Buenos Aires: Siglo xxi editores.

Gross, R. (2004). Psicología. La ciencia de la mente y la conducta. México, DF: Manual Moderno.

Kepner, J. (1987). Proceso corporal. México, DF: Manual Moderno.

Lacan, J. (1959). Libro 4 - La relación de Objeto. Buenos Aires: Paidós.

Latner, J. (1994). Fundamentos de la Gestalt. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Moura, F. C., & Pasquali, L. (2006). Constru o de um teste objetivo de resistència   frustra o. Psico-USF, 11(2), 137-146.

Naranjo, C. (2002). La Vieja y Novísima Gestalt: Actitud y Práctica de un Experiencialismo Ate rico (6  ed.). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Peñarrubia, F. (1999). Terapia Gestalt, la vía del vacío fértil. Madrid: Alianza.

Perls, F. (1976). El enfoque Gestalt tico & Testimonios de terapia. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Perls, F. (1982). Sueños y Existencia (4ª ed.) Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Polster, E. & M. (1989) Terapia Gestáltica, Buenos Aires: Amorrortu.

Ramírez Calderón, I. (2011, enero). La Terapia Gestalt y la presencia terapéutica de Fritz Perls: una entrevista a Claudio Naranjo. Universitas Psychologica, Bogotá, v. 10, n. 1.

Robine, J.M. (2005). Contacto y relación en psicoterapia (2ª ed.) Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Stevens, J. (1983). El Darse Cuenta. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Vásquez, F. (2000). La relación terapéutica del “aquí y ahora” en terapia gestáltica. Anales de la Facultad de Medicina, año/vol. 61, número 004. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. Pp. 285-288.

Yontef, G. M. (1995). Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

## 11 ANEXOS

### ENCUESTA A EGRESADOS

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Carrera de base: \_\_\_\_\_

Años de especialización: \_\_\_\_\_ Años de profesión: \_\_\_\_\_

- 1.- Qué es para vos la frustración del terapeuta?
- 2.- Frente a qué tipo de situación se puede presentar la frustración del terapeuta?
- 3.- Trabajaste cómo identificarla y/o afrontarla en un proceso terapéutico durante la formación en la escuela?
- 4.- Te sentiste en algún momento frustrado/a con el desarrollo de un proceso terapéutico con un paciente?
- 5.- En caso afirmativo, cómo lo resolviste? En caso negativo, por qué crees que nunca te sucedió?
- 6.- Esas herramientas para identificar y trabajar con la frustración del terapeuta, las aprendiste en la Escuela de Formación en Gestalt?
- 7.- Tenés algún otro método o ayuda adicional para trabajar la frustración del terapeuta que hayas obtenido fuera de la Escuela?

## ENTREVISTA A LA LICENCIADA N

En referencia a la frustración, se me ocurre pensar en la frustración en general antes que en la del terapeuta. Y me parece que la frustración tiene que ver con las expectativas. Y de acuerdo con las expectativas que tengo va a ser el nivel o no de frustración. Qué se yo, como todo en la vida, si tengo expectativa de estar casada con un príncipe azul, cuando me doy cuenta que no es me voy a frustrar... si no tuviera esa ridícula expectativa voy a ser más feliz no?

Entonces eso me lleva a ver, bueno, cuáles son las expectativas que tiene el terapeuta con el paciente? Y si está bien que el terapeuta tenga una expectativa, no? Son preguntas que me parece que la respuesta también tiene que ver con la cantidad de años que tenga uno de clínica; en el sentido de "cuántas veces pasé por esta situación". O alguien más nuevo que tiene más furor curandis. Yo, a esta altura, me veo... no tengo especiales expectativas con la persona porque pienso que cada una va a encontrarse a sí misma y va a llegar hasta su propia manera de ser sí mismo, de encontrarse o de ir profundizando y siendo más consciente o no de su sombra, de sus cosas, de lo que tiene que trabajar.

Acá se me ocurre el tema del alta, por ejemplo, yo no doy de alta. El alta más vale, es un concepto psicoanalítico más que gestáltico, pero mucha gente gestáltica da de alta. Yo no doy de alta porque me parece que yo no soy quién para saber cuando la otra persona dice "yo quiero tratarme hasta aquí" o "no quiero meterme más en esto o en esto o por lo menos en este momento". Entonces yo con el alta acuerdo o no, si alguien viene y me dice "yo considero que tengo que terminar mi tratamiento" yo puedo decir "bueno, estoy de acuerdo" viendo que el contexto, un poco con el otro lo que le pasa... O, "estoy en absoluto desacuerdo" y se lo digo, y terminará o no terminará. En ese sentido yo no tengo expectativas de que el otro llegue a un lugar que a mi me parece que tiene que llegar. No tengo expectativas de que este paciente llegue a tener visto, sabido, sanado, curado y sacada la neura de tal y tal área de su vida. Vamos viendo, porque cuando uno trabaja en el aquí y ahora eso es algo que se va dando en el aquí y ahora justamente.

- En tus inicios como terapeuta... sufriste de furor curandis?

Yo creo... ya ni me acuerdo con tantos años pero... creo que cuando está recién recibido o es muy joven, tiene la idealización del terapeuta. Y como terapeutas tenemos esta cosa de "ayudar al otro" que es uno de los peores enemigos del vínculo terapéutico.

Y tenemos esta cosa más que de ayudar además de "salvar". Todo terapeuta cree que es un salvador... y eso es muy fuerte y es muy duro y es muy pesado y de ahí hay que partir. La verdad no es así, no estamos para salvar a nadie y de eso te das cuenta al tiempo de haber empezado... Bueno, puede haber gente que trabaje muchos años y crea que va a salvar a alguien. En realidad es como en todo, hay gente que cree que la pareja te va a salvar de no sé qué o que tus hijos te van a salvar de la soledad o de... qué se yo, la guita te va a salvar... Nada te salva de nada. El único que te salva es uno mismo. Me parece que esto de salvar y de ser el redentor, me parece que eso confunde bastante las cosas y si uno no llega como terapeuta a cumplir ese deseo que yo tengo como terapeuta, seguramente que me voy a frustrar. Hay una ficha de Garriga, que es un español, que se llama "las demandas del paciente" que es bien interesante y te puede servir para esto. Bueno, te demandan que seas el que haga de cura,



que hagas de madre, que hagas de prostituta, que hagas de gurú, que necesitan ser salvados y ser deseados; ser comprendidos... bueno, esa es la demanda del paciente. La cuestión es que nosotros no tengamos esa demanda.

- Sobre ellos?

No, sobre mí. Que yo "tengo que salvar" esa persona. A mí me parece que la frustración es menor porque trabajo con lo que hay, con lo que es, con lo que... al trabajar fenomenológicamente, que es la propuesta de la Gestalt, no trabajo con lo que tendría que haber sido, con lo que yo quiero que quisiera, lo que él debería haber sido, lo que tendría que haber obtenido... No, es lo que es. Y acá estamos.

Hace un rato hablabas sobre la idea de no plantearse expectativas sino que ir viendo lo que el paciente, en el devenir del proceso, va generando, va buscando. No podría existir el riesgo de caer en una especie de conformismo? Bueno, si no surge nada... no avanza... no crece...

Hay dos clases de expectativas, que ahora me doy cuenta que estamos hablando. Una es la expectativa que puede tener el terapeuta con el paciente (de que llegue a esto, a esto, esto)... Pero me parece que yo hago más hincapié en las expectativas que yo tengo como terapeuta. Si yo tengo esta expectativa de ser la salvadora, la ayudadora, la que no sé qué. etc., seguramente me voy a frustrar. Porque a veces se me va a complacer y a veces no. A veces un día desaparece y no me llama más por teléfono. Me parece que estas expectativas están puestas sobre los dos. Y como siempre a mí me gusta más mirar al terapeuta que al paciente. El paciente puede frustrarnos con otras cosas quizás... yo creo que si me empiezo a conectar con cuándo me frustran pacientes... me frustran cosas que tienen que ver más con mi ego. Alguien que se va de vacaciones y desaparece. Pero eso más que frustrarme me da bronca. Me parece que tiene que ver hasta con la buena educación. Esas cosas me frustran, cuando hay maltrato... pero bueno, algo habré hecho yo en el vínculo como para que esa persona se vaya sin decir adiós.

- Qué hacés cuando sentís la frustración, la bronca, la impotencia? Qué hacés con eso? Que mecanismos tenés?

Nada, lo primero es la aceptación. La aceptación de que en el vínculo puede haber pasado algo que conduzca a esto, y no me di cuenta. La aceptación de que el otro se despide así de las personas. La aceptación de que yo hago una cosa distinta de la que hace él... yo no me iría sin despedirme ni de la manicura. No me iría sin despedirme de un terapeuta pero no todo el mundo piensa lo mismo. Es como la aceptación de que la gente es lo que es o hace lo que hace, que también tiene sus cosas sin resolver y son "neuras" por algo. Bueno, escucho tus preguntas

- Algunas preguntas de tipo "filiatorio" para tener en el registro. Carrera de base?

Licenciada en Psicología .

- Y especializada en Gestalt desde cuándo?

Especializada en Gestalt bastante rápido, desde el 80. Fui psicoanalista unos 3 o 4 años. No me gustaba nada. Era pleno proceso, la facultad estuvo cerrada un año y pico. No me acuerdo muy bien las fechas, así que hice esos años de psicoanálisis y después empecé en Gestalt.

- Y ahora en la Escuela de Formación vos estás dando materias.

Yo estoy dando materias desde hace 30 años, desde que empezó la escuela.

- Por eso sos una de las elegidas! Traté de buscar las fuentes.

Siempre me da mucha pena no haber podido hacer la escuela, porque es una experiencia fantástica y bueno, las que lo inventamos nos quedamos sin... Sí, soy docente, he dado diferentes materias en todos estos años.

- La idea era ver si estabas dando o habías dado alguna materia y, a partir de ahí, ver si este tema de la frustración del terapeuta se daba específicamente o quedaba hilado entre otros temas.

Sí, a ver yo di Grupos muchos años, después di Teoría y Técnica también; ahora doy El Rol del Terapeuta; alguna otra cosa habré dado pero ahora no me acuerdo. Yo no he visto... si vos me decís qué recurso... yo no sé en otras materias; en las mías creo que no he tomado este tema. Me parece que ahora podría pensarlo, podría investigar un poco más sobre eso, incluirlo en el programa a ver qué significa.

- Desde tu visión como docente, un terapeuta que termina la escuela, con qué herramientas cuenta independientemente de que se hayan visto específicamente para la frustración. Con qué herramientas cuenta al momento de enfrentarse al mundo o montar su consultorio?

Bueno, la escuela le da muchos recursos. A mí la palabra herramientas no me gusta mucho. Yo creo que los recursos que tiene es haber trabajado sobre sí mismo durante 3 años de una manera bastante profunda. En la escuela el grupo de compañeros no es terapéutico pero se trabaja con mucha profundidad consigo mismo para aprender las cosas porque es teórico y vivencial entonces me parece que el recurso que le da es un conocimiento de sí mismo bastante importante. Una conciencia importante de sus limitaciones y sus capacidades. Yo creo que en todas las materias debe haber ese rango de qué es lo que tengo y qué es lo que me falta, qué es lo que no tengo, con qué cuento...

Después creo que la escuela propone una bibliografía importante que es un soporte externo; que para ser terapeuta es fundamental saber a dónde recurrir y con quién, y la escuela propone supervisiones, intervisiones...

Después la entrada en el SAC que es como un posgrado del posgrado, donde ahí ya está la posibilidad de trabajar con pacientes y hacer supervisión con terapeutas con más conocimiento e integrar grupos de supervisión o intervisión. Todos esos son recursos con los que cuenta la persona.

Yo creo que de la escuela salen con un buen background o bolsa de recursos. Y creo que en casi todas las materias se da eso; por lo menos en las que yo di me parece que hay recursos. En esta que estoy ahora que es justamente El Rol del Terapeuta, está en 2do año y es como la

primera materia en la que el alumno toma conciencia como profesional, la toma como psicólogo. Es un lindo pasaje, una buena cosa que es conmovedor y atrapante. Bueno, es una de las materias que da recursos. Yo creo que transmitir cuál es la responsabilidad del terapeuta gestáltico es otra de las cosas importantes con las que cuentan; trabajar fenomenológicamente, estar en el aquí y ahora, tener un encuadre claro, hacer buenos contratos, qué intervenciones se hacen, el timing, bueno todas las cosas que se ven en la materia.

- Por lo que he ido viendo en el transcurso de la pasantía, no sé si coincidirás conmigo, pero me parece que después de la escuela y todo el trabajo personal que da la escuela, el hecho de tener la supervisión, las reuniones del SAC y las reuniones de departamento son ámbitos donde cada terapeuta puede (independientemente de todas las herramientas que tiene de la escuela) decir "me está pasando esto".

Claro, la asociación sigue proponiendo cosas, y después bueno como recurso interno, es la propia terapia que eso es responsabilidad del terapeuta estar sabiendo que siempre, aunque haya hecho procesos terapéuticos, tengo que hacer algo de "service" cada tanto como terapeuta. Cada tanto tenemos que hacer algún trabajo.

- Como control digamos.

Sí, como volver a revisar él mismo.

- Conocés alguna definición particular de la Gestalt de la frustración, o cómo la Gestalt la frustración?

La verdad que no conozco. Me acuerdo ahora de la oración gestáltica de Perls, que siempre me pareció espantosa. Es totalmente anti frustración. Esto de que, de alguna manera "no esperes nada de mí" y yo no voy a esperar nada de vos. Si sucede algo, fantástico; y si no... a otra cosa. A mí me parece de una ausencia de amor y de compromiso y de aprendizaje como pareja, de lo que significa una pareja que es como una maestría sobre uno mismo. Esa oración me pareció un espanto siempre, desde la primera vez que la vi. Pero bueno, Perls era así. Eso responde también a su personalidad, él era así. Si te gusta, bien; y si no a otra cosa mariposa. Pero es una propuesta de vínculo que él hace. No solamente terapéutico sino de vínculo con las personas. Entonces me parece que si vos me preguntás de la Gestalt algo, se me ocurre la anti frustración, la propuesta de Perls es "a mí no hay nada que me vaya a frustrar". Desde Perls yo no me acuerdo ninguna cosa. He leído bibliografía seguramente que no me acuerdo o de otras personas que hayan trabajado ese tema. La verdad que cuando vos me dijiste "frustración" a mí me llamó la atención. Y si se me ocurre algo más, yo creo que la frustración tiene que ver (a mí por lo menos me pasa) más con lo vincular que con el éxito o el fracaso de su proceso terapéutico. Porque si yo no pienso que va a tener éxito o va a fracasar sino que ese proceso va a ser lo que es, no me cabe la frustración. Ahora, puede ser que me frustre porque después de haber tenido un vínculo por dos o tres años no me llame más en la vida, por ejemplo (que puede pasar). O que me frustren ese tipo de cosas como... no sé. De todas maneras creo que uno se va haciendo una piel gruesa para las frustraciones. Por eso te digo, de acuerdo a los años que uno tiene en esta profesión, uno va diciendo "bueno, que sé yo, así

son las cosas". Pero con los pacientes y con las personas, con todo el mundo. No es especialmente como terapeuta. Uno no espera taaanto de la vida.

- Pero igualmente no deja de tener esperanzas.

No deja de tener esperanzas pero no espera tanto. Por lo menos me pasa a mí, no sé qué le pasará a otra personalidad. Pero me parece que uno ya vio cómo viene la mano. Ya vio que no existe Heidi vendiendo mermelada en la pradera. A mí, por el contrario, los pacientes que yo tengo... es lo contrario de la frustración. Porque siempre recibo tarjetas para Año Nuevo, para Navidad, llamadas. Este año aparecieron 3 personas que habían sido pacientes míos hace veinte y pico de años y estoy atendiendo sus hijos. Una de 27 y el otro tiene 21. Me llaman y me dicen "te mando a mi hija". Mirá vos, después de 25 años. O mucha gente que vuelve y me dice "quiero hablar con vos porque ahora me pasa esto" y hace 20 años que no la veo, por ejemplo. Y eso me llena como de estupor. Qué cosa no? Que vengan. Siempre me sorprende, pero me pasa mucho. Tengo gente que viene después de veinte años. Y ahora esto, que mandan a los hijos, es bastante nuevo. Tuve uno el año pasado y ahora tengo dos. Una chica y un muchacho.

- Bueno, no es solamente el orgullo o la alegría de ser recomendado sino de que te confíen a un hijo.

Claro, claro. Yo tengo mucho agradecimiento con los pacientes, porque en realidad, en el trabajo con el paciente nos curamos los dos. No es que yo estoy sana y el otro está enfermo y... no, nos curamos los dos. Y los dos vamos creciendo, y los dos vamos tomando mayores niveles de conciencia. Por supuesto el terapeuta, a mi modo de ver, siempre va un paso más adelante (o lo que tenga para ir más adelante); pero a mí me parece que si la profesión es realmente una vocación y no harías otra cosa que esto, es una profesión maravillosa. A veces puede ser una maldición también, porque es mucho tiempo, porque es muchas cosas, muchas cosas...

Me acuerdo un libro de Sheldon Cop, que se llama "El colgado"; lo leíste?

- Mmm, no.

Bueno, si tenés oportunidad, leelo porque es un libro que trata sobre la vida y el rol de un terapeuta en California y es muy lindo. Es un libro que vale la pena leer.

Bueno, y él dice, empieza así el libro "a veces me parece que tengo cuatrocientos años y que ya escuché todo". Como "ya no puedo más de esto". En ese sentido, es algo doloroso, uno oye muchas cosas, comparte muchas cosas, muchas penurias de las vidas de otros. Pero bueno, creo que vamos teniendo la capacidad profesional de ir pudiéndonos sacar eso... si cargáramos con todo estaríamos en otro lado. A mí me parece que es una profesión que, más que frustración, da satisfacción. Sin ninguna duda. Da satisfacción, da amor, da reconocimiento. Eso de parte de los pacientes hacia uno, de las personas con las que uno ha trabajado. Y de adentro es el convencimiento de que "yo acerté" en hacer lo que tenía que hacer. Que no podría haber hecho, me parece, nada mejor que esto. Que esto me sale bien, me salió. Hay otras cosas que no me salen, no me salen para nada. Pero la profesión me va saliendo bien, todavía. Y entonces esa certeza no me frustra. Por esa certeza digo, bueno, en esto la pegué.

En otro orden de la vida me equivoqué, o me fui para no sé donde. Pero con la profesión no, y con la docencia también. La docencia siento que es lo mío pero... al mango. La docencia... bueno, soy maestra. En esa época nos recibíamos de maestra. Y siempre fui docente, toda mi vida, desde los 18 años. Así que eso me gusta mucho. Y eso estoy segura que es lo mío. Entonces yo no estoy tan frustrada como terapeuta porque estoy tan alineada conmigo misma que me sale bien. A pesar de todas las cosas que me pueden haber pasado.

Bueno, te estoy aburriendo con la charla....

Conectándome conque ayer, en el SAC, el departamento de grupos hizo una presentación y presentamos un trabajo acerca de "qué cosa del terapeuta hace que derive o no un paciente a un grupo" ahora podría agregar, con esto de la frustración; que yo creo que me frustró como terapeuta cuando me equivoco... mucho. Cuando hago alguna metida de pata, cuando no veo algo, eso sí me significa una frustración. Ayer trabajábamos esto de, por ahí tener que derivar un paciente a un grupo y no hacerlo por un motivo de... de lo que sea, de no perderlo, de no querer exponerme, etc. Y eso no termina siendo bueno para el paciente. Creo que la frustración, como yo la veo, es cuando me equivoco. Cuando no vi algo. Cuando no logro dar en el blanco, cuando viene alguien y realmente no conecto o no lo entiendo o el otro no se siente entendido. Eso me frustra, cuando no fluye la situación. Creo que, si yo pudiera decir ahora, después de esta entrevista que la frustración me viene con el contacto con mis propios errores. Me frustró porque digo yo, bueno esto yo debiera haberlo sabido, debiera haberme dado cuenta...

- Eso te iba a preguntar si no tenía también, digamos, relación con lo que hablábamos antes del propio ego porque, en definitiva hay un "deber no equivocarse" de fondo.

Ahh, claro, hay una expectativa.

- Hay un "no te debieras equivocar".

Claro, deberías entender a todo el mundo y estar atendiendo a todo el mundo y que todos los pacientes que vengan te elijan... hay, hay algo de eso. La verdad que es así, me parece que la frustración es el contacto con el error. Cuando digo "cómo me olvidé de esto? Cómo se me pasó?"; eso me frustra pero conmigo misma. Pero no con el paciente. Por eso yo lo de la frustración lo pondría más sobre mí, sobre el otro la verdad que yo no tengo expectativas. No me acuerdo si hace treinta años tenía expectativas o no tenía expectativas. A lo mejor tuve, ahora estoy segura que no tengo expectativas; después de años de practicar.

- Bueno N, mil gracias!