

# **Implicancias clínicas de la terapia Gestalt de campo.**

López, Alejandra.

Cita:

López, Alejandra (2025). *Implicancias clínicas de la terapia Gestalt de campo. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/545>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/vbg>

# IMPLICANCIAS CLÍNICAS DE LA TERAPIA GESTALT DE CAMPO

López, Alejandra

Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología - Asociación Civil Casa Gestalt. Mar del Plata, Argentina.

## RESUMEN

En esta comunicación se dará cuenta de algunas implicancias clínicas que supone asumir una perspectiva gestáltica de campo. Se parte de relatar el surgimiento de la terapia Gestalt, comparar el enfoque intrapsíquico con el de campo y enmarcar las diferencias que adoptar esta orientación supone. Como implicancias clínicas se seleccionan: la autorrevelación del terapeuta, el manejo de la resistencia y el apoyo al proceso; se brindan ejemplos de cada una y se sitúan como base del trabajo terapéutico. Se postula la necesidad que este Sistema Psicológico tenga presencia académica en nuestro país y que se continúe realizando investigación empírica y presencia en Congresos y Jornadas Profesionales.

## Palabras clave

Terapia gestalt - Terapia gestalt de campo - Implicancias clínicas - Resistencias

## ABSTRACT

### CLINICAL IMPLICATIONS OF GESTALT FIELD THERAPY

This presentation addresses some clinical implications of adopting a Gestalt field perspective. It begins by outlining the emergence of Gestalt therapy, comparing the intrapsychic approach with the field-oriented one, and framing the differences that this orientation entails. The selected clinical implications include: therapist self-disclosure, working with resistance, and supporting the therapeutic process. Each is illustrated with examples and presented as foundational to therapeutic work. The need for greater academic presence of this psychological system in our country is emphasized, along with a call for continued empirical research and active participation in professional conferences and symposiums.

## Keywords

Gestalt therapy - Gestalt therapy from a field perspective - Clinical implications - Resistances

## INTRODUCCIÓN

En 1951, en la ciudad de Nueva York, ve la luz Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana bajo la triple autoría de Federich Perls, Ralf Hefferline y Paul Goodman. En esta obra se sientan las bases teóricas de la que se llamó, a partir de ese momento, Terapia Gestalt.

En la década del 60 Frederick "Fritz" Perls se separó del núcleo fundador y se instaló en California. Gracias a él, la terapia gestalt se convirtió en un referente importante para los movimientos de Desarrollo del Potencial Humano que, congruente con los planteos de la época, la consideraba una filosofía de vida. *Fritz* se dedicó a dar demostraciones públicas y consiguió rápidamente muchos seguidores (Picó Vila, 2014), traía consigo una férrea formación en neurología (había trabajado con Kurt Goldstein) compartía las ideas de Smuts, (filósofo que había introducido el concepto de "holismo" para describir una visión global de las relaciones humanas) y, dentro de su sólida formación como psicoanalista, tuvo contacto directo con Karen Horney y, particularmente, con Wilhelm Reich, quien introdujo al trabajo en psicoterapia aspectos corporales. Esta base teórica que sirvió de insumo para la confección del libro fundador de la terapia Gestalt de 1951 fue dejada de lado por el propio Perls en California (Vázquez Bandín, 2013) quien se unió al espíritu de los 60 que despreciaba la teorización como una forma de anquilosamiento o "masturbación" de la mente. En este momento la terapia gestáltica desarrolló un enfoque teatral y altamente orientado a la catarsis. Era arrogante, dramático, simplista, y prometía cambios rápidos. Contrastaba con el primer movimiento de terapia gestáltica y estaba enclavado en la actitud rebelde anti-intelectual e ingenua de los años 60. (Yonteff, 1997)

Este tipo de práctica terapéutica, conocida como de la *Costa Oeste*, por su ubicación geográfica en Estados Unidos, fue modificándose con el paso del tiempo dando lugar a reconsiderar la importancia de la teoría, la ubicación de la terapia gestáltica como un abordaje humanístico, dialogal y fenomenológico. Y, pese a los excesos cometidos, se pueden valorar y rescatar variados aportes tales como: el trabajo con polaridades, la noción de autoapoyo (Perls, 1999), las capas de las neurosis (Perls, 1969), los experimentos gestálticos, el ciclo de la experiencia y la interrupción del contacto (Zinker, 1979), el trabajo con grupos

y talleres (Castanedo, 1987), y el trabajo corporal propuesto por Kepner (1987) entre otros temas.

Recientemente, ha cobrado relevancia teórica y práctica la Teoría del Self, posición que se corresponde con la llamada “costa este” en oposición a la costa oeste californiana. Así, revisitar el libro fundador *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana* (1951) se ha vuelto indispensable tanto para la teoría como para la práctica psicológica.

La principal revolución de la terapia gestalt es la de pasar de un modelo de pensamiento individualista a un modelo de campo (Tarrega, 2020) que entiende el comportamiento de una persona constituido por una situación más amplia a la que pertenece (Francesetti & Roubal, 2020; Jacobs & Hycner, 2010; Parlett, 1997). Basándose en la teoría de campo de Lewin (1951), se postula que existe una influencia mutua entre el comportamiento de los individuos y el campo relacional que generan, siendo así el comportamiento individual el resultado de la interacción dinámica de factores interrelacionados. En terapia gestalt, el campo es un campo fenomenológico (Lewin, 1951; Yontef, 1997). Los acontecimientos humanos se perciben como una función de un campo organísmico y ambiental.

Desde este momento el objeto de la psicología y de la psicoterapia ya no es una psique, no es un sujeto, el objeto de la psicoterapia es “la experiencia” de la persona y ésta se da en un campo, que está constituido por un organismo y su entorno dado que el individuo no puede existir si no es en un campo donde mantienen relación de opuestos dialécticos. Con este planteamiento la Terapia Gestalt adopta una posición sumamente novedosa rompiendo con la causalidad lineal y con la noción de interno versus externo o real.

## IMPLICANCIAS CLÍNICAS

Para el modelo intrapsíquico todos los pensamientos, sentimientos, emociones, sueños están en un lugar dentro de nosotros llamada psíquis y el terapeuta trabaja con el paciente para que se descubra y conozca más y pueda solucionar aquello que le hace sufrir.

Como se enunció anteriormente, el modelo de campo concibe la experiencia humana como un proceso co-creado en un campo relacional, donde el organismo y el ambiente están en constante interacción; ya que como enuncia el libro fundador *No existe ni una sola función humana ni animal que pueda resolverse sin entorno. No hay nada que podamos hacer sin que exista entorno.* (Perls, Hefferline, Goodman 1951)

En la experiencia clínica el terapeuta no es imparcial, forma parte activa del campo y al mismo tiempo, su presencia lo transforma (Jacobs, 1995).

En adelante veremos algunas implicancias clínicas que derivan de entender al terapeuta como parte del campo:

- Autorrevelación del terapeuta: Desde esta perspectiva no hablamos de relevar cosas personales sino de sostener el campo nombrando aquello que le está sucediendo al terapeuta en este momento.

Ejemplo: *“Te escucho y siento un nudo en el estómago, me dan ganas de acompañarte desde ese lugar”*

- Responsabilidad del terapeuta: Si sucede que lo manifestado por el terapeuta hace emocionar al paciente será prudente detenerse y asumir la responsabilidad de la experiencia compartida.

Ejemplo: *“Veo que hay lágrimas en tus ojos, ¿algo de lo que dije o hice despertó esto en vos?”*

- Manejo de la resistencia: La llamada “resistencia” no es algo que el paciente hace contra la terapia, ni un defecto del paciente sino una forma de sostener el equilibrio del campo. Son en sí mismas parte de la experiencia que nos interesa explorar

Ejemplo: Ante una interacción “resistente” desde el punto de vista de campo será interesante preguntarnos y eventualmente, abordar con el paciente alguno de estos interrogantes: *¿Al servicio de qué está la “resistencia”? ¿Qué necesita graduar el paciente de otra forma? ¿De qué manera contribuyo yo, terapeuta, a que el paciente se “resista”? ¿Es suficiente el apoyo que hay en la relación para sostener mi propuesta?*

- El apoyo como “lo que hace posible”. Desde este enfoque el apoyo que brinda el terapeuta no es el que se ofrece, como “una ayuda” sino como cualquier elemento, actitud o presencia que sostiene el contacto en el campo relacional y favorece que emerja la novedad.

Ejemplo: Luego de una revelación intensa hay diferentes formas de apoyar el proceso: El paciente puede necesitar un espacio de tiempo para estar en silencio. *Me llega tu silencio... estoy para vos si querés hablar y también si querés permanecer en silencio”* Otro tipo de apoyo puede ser el que se relaciona con la validación y la resonancia *Me emociona profundamente lo que acabas de contar* o puede ser simplemente un apoyo fenomenológico trayendo conciencia al paciente sin juzgar su conducta *“Veo que luego de hablar de esta situación te quedaste en silencio ...”*

## CONCLUSIÓN

Luego de mencionar la verdadera “revolución” psicológica que constituye pasar de un modelo de pensamiento intrapsíquico a un modelo de campo se seleccionan algunas de las tantas implicancias clínicas que esta perspectiva supone.

Así, la autorrevelación y responsabilidad del terapeuta, el manejo de la resistencia y el apoyo al proceso son expresiones interdependientes de una actitud clínica relacional y fenomenológica.

Se propone seguir trabajando en este sentido, para que la Gestalt de campo pueda consolidar sus bases epistemológicas y clínicas. Para esto, es necesario generar más investigación empírica, estar presente como sistema psicológico tanto en el grado académico como en diplomaturas y maestrías en Universidades públicas del país y participar activamente tanto en publicaciones científicas contemporáneas como en Congresos y Jornadas académicas.

## BIBLIOGRAFÍA

- Castanedo, C. (1987). *Terapia Gestalt Enfoque centrado en el aquí y ahora*. Barcelona. Herder.
- Francesetti & Roubal (2020). Gestalt Therapy Approach to Depressive Experiences Psychotherapie-Wissenschaft 10 (2) 39-45 2020 www. psychotherapie-wissenschaft.info <https://doi.org/10.30820/1664-9583-2020-2-39>
- Jacobs, L. (1995). *Dialogue in Gestalt therapy en Gestalt Therapy: Perspectives and applications*.
- Jacobs, L. & Hycner, R. (2010). *Enfoques relacionales en la terapia Gestalt*. Gestalt Press
- Kepner, J. (1987). *Un enfoque Gestalt para el trabajo corporal en Psicoterapia*. México El manual moderno.
- Lewin, K. (1951/1988). *La Teoría del Campo en las Ciencias Sociales*. Barcelona, España. Editorial Paidós.
- Parlett, M. (1997). *El campo unificado en la práctica*. Gestalt Review 1 (1):16-33<https://doi.org/10.2307/44394009>
- Perls, F. (1969). *Sueños y existencia*. Santiago de Chile Ed. Cuatro Vientos.
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1951:2001). *Terapia Gestalt. Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. España. Asociación cultural Los libros del CTP.
- Perls, L. (1999). *Viviendo en los límites*. Madrid. Promolibro.
- Picó Vila, D. (2014). *Una introducción a la terapia Gestalt*. Terapiados Centros de Psicología y Terapia Gestalt Valencia, España.
- Tarrega, X. (2020). *De la autosuficiencia a la interdependencia* Ponencia presentada en el X Congreso Internacional y III Latino de Terapia Gestalt realizado en la ciudad de Villa Giardino -Córdoba- (Argentina) en mayo de 2007.
- Vazquez Bandin (2013). *Buscando las palabras para decir. Reflexiones sobre la teoría y la práctica de la Terapia Gestalt*. España Asociación cultural Los libros del CTP.
- Yontef, G. (1997). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica*. Chile. Cuatro vientos.
- Zinker, J. (1979). *El proceso creativo*. Buenos Aires: Ed. Paidós.