

Corina María Mattía

Psicóloga, Facultad de Psicología, UNR.
Profesora en Psicología, Facultad de
Psicología, UNR.

Especialista en Terapia Gestáltica, Asociación
Gestáltica de Buenos Aires.

Jefa de Trabajos Prácticos en la Cátedra
Psicoterapias, Facultad de Psicología, UNR.

Docente Invitada en la Cátedra Práctica
Profesional Supervisada “A” Orientación
Gestáltica, Facultad de Psicología, UNR.

Docente Titular en la Formación de Postgrado
en Psicoterapia Gestáltica. Centro Gestalt
Rosario.

Miembro del Centro de Estudios
“*Psicoterapias, Interdisciplina y Comunidad*”
de la cátedra de Psicoterapias, Facultad de
Psicología, UNR.

Beneficiaria del Programa AVE Docente el año 2020.

La experiencia se desarrolló en la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla (US). El convenio se realizó con el Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos (PETRA), cuyo titular y director es el Prof. Dr. Francisco Javier Cano García. Entre las actividades realizadas se destacan; la participación de reuniones con el Director e integrantes del Departamento de modo de conocer la forma en la que estaban organizadas las asignaturas, realización de entrevistas a diversos profesores, inclusión y participación activa en clases teóricas y prácticas; talleres, jornadas y seminarios de investigación (de diversos niveles de formación; grado y máster), dictado de clases prácticas sobre Terapia Gestalt en todos los grupos cursantes del cuatrimestre en curso, búsqueda bibliográfica en la biblioteca física y virtual de la Universidad de Sevilla.

La presente publicación es una condensación de los aspectos más significativos desarrollados en la experiencia de intercambio docente.

“No hay postales ni souvenires, no hay selfies ni vídeos a vuelo de drone, capaces de captar cómo un destino puede llegar a transformarnos, quizás a volvemos un poco más justos, más honestos, más valientes...”

Autor desconocido

Memorias de mi paso por la Universidad de Sevilla

En lo que respecta al vínculo con la Institución extranjera, tomé conocimiento de esta Universidad por una colega Psicóloga que reside en Sevilla y que tiene una excelente referencia sobre el nivel académico de dicha Casa de Estudios, asimismo, en lo que se refiere a los avances de la Psicología Clínica y los modelos de Psicoterapias (tema de sumo interés para mi desempeño profesional) brinda una formación amplia e integral acorde a los avances dentro del campo de la psicología a nivel internacional.

Por lo tanto, luego de profundizar sobre el plan de Estudios de la Carrera de Grado de Psicología, me comuniqué vía correo electrónico con el Encargado/a de la Secretaría de Relaciones Internacionales de la Universidad de Sevilla, quien amablemente me contestó que estarían encantados de recibirmey me sugirió que me pusiese en contacto directamente con el docente titular de la materia en la cual me gustaría hacer la experiencia de intercambio docente. Cuestión que realicé de inmediato vía correo electrónico, comentándole en principio al Prof. Dr. Francisco Javier Cano García mi intención de realizar esta experiencia en el Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos (PETRA). Dicho profesor me respondió a la brevedad, de forma muy cordial aceptando mi propuesta y deseosos de recibirmey en su Institución. También de forma inmediata redactó y envió vía e-mail la Carta de Invitación y se mostró dispuesto a conversar las actividades y tareas a realizar durante mi estadía.

Mis objetivos para la estancia en la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla tenían que ver con desarrollar tareas referidas a docencia, investigación y extensión. Considerando mi condición como Jefa de Trabajos Prácticos, mis intenciones tenían que ver con analizar los aspectos curriculares relativos a la programación y ejecución de las clases teórico/prácticas en sus dimensiones pedagógicas y didácticas como así también poder compartir y facilitar propuestas metodológicas y técnicas en el desarrollo de las clases con los estudiantes allí en Sevilla. También consideraba interesante poner en conocimiento a la Universidad de destino acerca de los avances que venimos realizando en el ámbito de la Psicología Clínica y las Psicoterapias en la Facultad de Psicología de la UNR de Argentina. Asimismo, poder planificar y llevar adelante experiencias de trabajo colaborativo con docentes para repensar nuestras prácticas habituales de enseñanza-aprendizaje en el grado y el post-grado.

El Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos consta de numerosas asignaturas, que se dictan en el grado y en el nivel Master de distintas carreras (entre ellas la carrera de Psicología). Específicamente en la carrera de grado de Psicología, las asignaturas de interés para mí fueron Psicoterapias (de carácter obligatorio en Curso 3º) y Terapia Familiar, de Parejas y de Grupo (de carácter Optativo en Curso 4º), en la primera tuve la oportunidad de incluirme como docente dictando las clases prácticas sobre Terapia Gestalt en todos los grupos cursantes de ese semestre y en la otra asignatura, pude presenciar las clases introductorias dictadas por el docente adjunto. En el Nivel de Master, tuve la posibilidad de presenciar clases en el Master de Psicología

General Sanitaria y en el Master en Psicoterapia Relacional (el cual se dicta en los Servicios Sociales del Polígono San Pablo, barrio ubicado en la periferia de Sevilla).

De todo lo mencionado, me parece interesante describir las experiencias que considero fueron más nutricias para mí como profesional, fundamentalmente, en el ámbito docente y en el ámbito clínico. Estas fueron el dictado de clases prácticas sobre Terapia Gestalt en el grado de Psicología (asignatura Psicoterapias) y la presencia e incorporación al grupo de aprendizaje del Master en Psicoterapia Relacional con enfoque Sistémico Constructivista.

Inclusión en la cátedra de Psicoterapias de la US:

En lo que refiere a mi paso por la asignatura Psicoterapias, es interesante, mencionar en primer lugar que se trata de una materia en el 3º Curso de la carrera de grado de Psicología, que se dicta en el segundo cuatrimestre y es de carácter obligatorio. La Facultad de Psicología de la US es la única en toda España que cuenta con esta asignatura obligatoria en su plan de estudios, mientras que el resto de las facultades del país la tienen como una materia optativa. Cabe mencionar que en Psicoterapias los contenidos están orientados a conocer los fundamentos de las corrientes psicoterapéuticas de orientación psicodinámica, humanista-existencial y constructivistas, sus aspectos teóricos más fundamentales, sus aportaciones técnicas y su práctica profesional. Contenidos no abordados por ninguna otra asignatura dentro de la carrera, la cual es de corte netamente cognitivo-comportamental.

La asignatura cuenta con 4 docentes a cargo de los distintos grupos, con un coordinador de estudios elegido por ellos mismos. Las clases están divididas en aspectos teóricos, prácticos y metodológicos, impariéndose en Grupos Grandes, Grupos Mediados y Grupos Pequeños. En los Grupos Grandes el docente trabaja la teoría con clases expositivas y en los Grupos Medianos y Pequeños con la utilización de distintas técnicas se trabajan los contenidos prácticos. Uno de los grupos (en sus tres divisiones) tiene modalidad bilingüe, por lo cual el docente encargado dicta las clases en idioma inglés para estudiantes de todas partes del mundo que están realizando intercambio en Sevilla.

A mi llegada a la Facultad me entrevisté con el Coordinador de Estudios para que me comentara la modalidad de cursado de los estudiantes y de qué manera podía incluirme como docente teniendo en cuenta mi formación específica en Terapia Gestalt. Razón por la cual, decidió hacer algunas modificaciones en el programa de la asignatura y que yo pudiese dictar en los distintos grupos medianos que estén cursando este año, los contenidos referidos a técnica gestáltica; mediante la puesta en marcha de alguna experiencia de carácter vivencial como introducción al Enfoque Gestáltico.

Considerando, además, que los docentes de la asignatura no tienen formación específica en Terapia Gestalt, más si la tienen en otras corrientes psicoterapéuticas. Cabe aclarar que la propuesta a desarrollar en los distintos grupos medianos carece de articulación conceptual porque los contenidos teóricos iban a ser desarrollados en los grupos grandes al trabajar la unidad sobre psicoterapias humanísticas y existenciales. Igualmente, en este escrito, me tomo la atribución de ir citando autores que desarrollan conceptualmente los ejes de la experiencia vivencial puesta en práctica con las y los estudiantes españoles.

La experiencia se desarrolló en grupos medianos de aproximadamente 20 estudiantes que estaban iniciando su cursada y que se conocían muy poco. Las primeras clases de la asignatura son de cohesión, de construcción del entramado grupal; razón por la cual los y

las docentes acuden a distintos ejercicios de carácter vivencial que les permite ir armando grupalidad. “*Un grupo no es sólo una pequeña comunidad cohesiva, donde las personas se sienten recibidas, aceptadas y confrontadas; también es un lugar y un ámbito donde las personas pueden crear en común. Un grupo ideal es un sitio donde uno somete a prueba sus límites de crecimiento, una comunidad cuyos miembros pueden desarrollar, hasta los más altos niveles, su potencialidad humana*”.¹

Me solicitaron que se tratase de una experiencia vivencial que permita que los y las estudiantes se conozcan, logren “soltar” sus defensas iniciales y vayan implicándose más en el proceso de cursado de Psicoterapias. Se trata de una de las primeras asignaturas que les permite adentrarse en la psicología clínica, profundizando acerca de los distintos modelos de psicoterapias actuales y poniéndose en el lugar de futuros terapeutas. Asimismo, era interesante que estuviese articulado con algún concepto que vayan a desarrollar en los espacios teóricos siguiendo el orden del programa de la materia.

Los temas a desarrollar fueron: *Concepto de Awareness (darse cuenta). Niveles del Darse Cuenta. Primacía de lo Obvio sobre lo Imaginario. Continuum de Conciencia.* Los objetivos de la clase: *Identificar el concepto de darse cuenta como eje fundamental de la Terapia Gestalt e Indagar de manera experiencial en los tres niveles del darse cuenta (Mundo Externo, Zona Intermedia o Zona Media y Mundo Interno).*

Siguiendo a Gary Yonteff en “*Proceso y diálogo en Psicoterapia Gestáltica*”²:

“*La terapia gestáltica es fenomenológica, su único objetivo es el darse cuenta. El darse cuenta es una forma de vivenciar, es el proceso de estar en contacto, alerta con el evento más importante del campo individuo/ambiente con total apoyo sensorio-motor, emocional, cognitivo y energético*”

El darse cuenta es una experiencia global y cubre, 3 estratos o capas: *el mundo interno* constituido por las sensaciones, sentimientos, lo propioceptivo, *la zona intermedia*: contenidos psíquicos, pensamientos, recuerdos, creencias, motivaciones, intereses, deseos, imágenes, representaciones, y *el mundo externo*: que sería lo que me sucede a partir de la percepción, otorgada por los sentidos, incluyendo el tono muscular, lo cenestésico. Es importante destacar que cuando ocurre la experiencia del darse cuenta sucede todo en el mismo momento.

Antes de comenzar la clase, les propuse hacer un círculo con las sillas que teníamos en el aula para sentarnos y poder estar en contacto con la mirada de cada uno/a.

A modo de introducción, comenté quien era yo, de dónde venía, cuál era mi formación académica y profesional, mis motivaciones para estar realizando esta beca y mis actividades durante la estancia en Sevilla. Y les propuse una presentación para conocerlos a ellos y ellas con la siguiente consigna: “*Por favor digan su nombre y un talento que tienen para estar en grupos*”. Cualquiera de ellos podía comenzar y luego continuaba el de la derecha hasta llegar a mí nuevamente. Entonces proponía: “*Vamos a hacer nuevamente una ronda, que desde la psicoterapia Gestáltica se llama RONDA DE SENSACIONES/EMOCIONES. La consigna es “¿Cómo me siento aquí y ahora? ¿Qué sensación/emoción experimento?* Ahí menciono un ejemplo orientativo: “*Aquí y ahora me siento tranquila, motivada*”.

¹ Zinker, Joseph “*El proceso creativo en la terapia Gestáltica*”. Editorial Paidós. Año 1977. Cap. 7. Los grupos como comunidades creativas.

² Yontef, Gary. Libro: “*Proceso y diálogo en Psicoterapia Gestáltica*”. Editorial Cuatro vientos. Año 1995. Cap. 6 Terapia Gestáltica: Fenomenología Clínica.

Luego hacemos una tercera propuesta que es poder mencionar aquellas cuestiones que los incomodan, lo que les molesta en sus vidas en general. Esta consigna fue introducida luego de hacer una primera lectura del grupo (en las dos primeras rondas) donde aparecía la vergüenza, la incomodidad, la ansiedad de hablar en público. También luego de tener presente lo que me comentaba el profesor coordinador de la asignatura, referido a que los estudiantes no están acostumbrados a tener clases con propuestas donde se impliquen más personalmente, suelen tener un rol más pasivo, de escucha frente a lo que el docente tiene para decir (Modo clase magistral expositiva).

Se observa que luego de esta tercera consigna, el clima grupal cambia radicalmente, se encontraban más sueltos y entusiasmados de continuar con la clase.

Pasando al nudo de la propuesta se desarrolla el ejercicio propiamente dicho llamado *los Tres Niveles del Darse Cuenta (Awareness)*.

Para poder empezar a trabajar se realiza un caldeamiento específico, término tomado del Psicodrama que hace referencia a un conjunto de procedimientos destinados a centralizar la atención del grupo, disminuyendo la tensión del campo y facilitando la interacción. Se dispone de la totalidad del espacio físico para desplazarnos cómodamente y utilizamos música para guiar el ejercicio.

“Les voy a pedir que se levanten, que comiencen lentamente a caminar por el salón, lo más relajados posible. Vayan tomando conciencia de su respiración, noten la forma en que están respirando, sientan como el aire ingresa a su organismo pasando por los orificios nasales, al inhalar. Traten de que el aire vaya recorriendo las distintas partes de su cuerpo, llegue hasta el abdomen y luego salga lentamente por la boca. Si les van apareciendo pensamientos, juicios o ideas traten de dejarlos de lado momentáneamente para concentrarse en sus sensaciones físicas.

Vayan registrando las distintas partes de su cuerpo sus pies, piernas, abdomen, brazos, manos, espalda, cuello, cabeza ¿de qué partes logran darse cuenta? ¿De cuales tienen menos registro?. Fíjense si es posible comenzar a entrar en contacto con esas partes olvidadas de su cuerpo. Si sienten alguna molestia o incomodidad centren su atención en ella y traten de hacer el o los movimientos necesarios para modificar esta situación” (Duración 10 minutos).

“Luego, les pido que formen una ronda y se elijan con la mirada para hacer un trabajo de a dos con la persona que menos conozcan (en caso de que no sean pares, se puede armar un grupo de 3 personas).”

Resulta muy interesante lo que sucedió en dos de los grupos, cuyo docente se incluyó para trabajar con las y los estudiantes y esto generó un movimiento particular de carácter positivo en el grupo, que luego lo abrieron al final de la clase. En el resto de los grupos, las y los docentes se quedaron por fuera, como observadores.

“Una vez que estén en parejas, se van a mirar durante unos minutos, sé que es algo incómodo pero vamos a intentar sostener la mirada con el/la compañera. A través de la mirada reconozco a aquella persona que tengo frente mío, es una mirada de reconocimiento, de contemplación del otro, tratando de no juzgar. Van a tomar una hoja y un lápiz cada uno y van a encontrar un espacio del aula para trabajar juntos durante un tiempo”.

“Luego van a elegir quien de la dupla va a representar a A y quien va a ser B. Se ponen de acuerdo en relación a esto.

Entonces la primera consigna es que A le va a decir a B:

Cuando te miro me doy cuenta que... (Lo fenomenológico, el mundo externo)

Realizo un ejemplo orientador: "Cuando te miro me doy cuenta que tienes puesta una falda" y B va a registrar por escrito lo que A va diciendo. Durante aproximadamente 5 minutos hasta que yo les diga.

Luego intercambian, entonces B le va a decir a A Cuando te miro me doy cuenta que..., en este caso A registra por escrito. Cuando concluyen los dos, cierran los ojos y registran la sensación/emoción en ese momento".

"La segunda consigna es:

Cuando te miro me imagino que tú... (Imaginación, fantasía, zona intermedia)

Ejemplifico: "Cuando te miro me imagino que tú tienes dos hermanos"). Entonces A le va a decir a B Cuando te miro me imagino que tú y B registra por escrito lo que A va diciendo (alrededor de 5 minutos). Yo les voy a avisar cuando cambiamos.

Luego intercambian, B le dice a A cuando te miro me imagino que tú y A hace el registro escrito de lo que B va diciendo. Vuelven a cerrar los ojos y registran la sensación u emoción de ese aquí y ahora".

"La tercera consigna dice:

Cuando te miro me siento... (Mundo interno, sentimientos, emociones)

Doy un ejemplo: "Cuando te miro me siento nerviosa". Por lo tanto, A le va a decir a B Cuando te miro me siento... y B registra por escrito. Yo les voy a avisar cuando cambiamos. (Durante 5 minutos aproximadamente). Luego intercambian y B le dice a A Cuando te miro me siento..., B hace el registro escrito de lo que A dice. Vuelven a cerrar los ojos y registran la sensación u emoción de ese momento.

"Los registros escritos van a intercambiarlos de modo que cada uno tome contacto con lo que dijo en cada una de las tres instancias que trabajamos, de qué se dio cuenta, con qué nivel tuvo más dificultad, cuál le resultó más sencillo de hacer. Vamos a tomar unos minutos para conversar con el compañero/ la compañera de lo que experimentaron durante la experiencia."

"Luego de esto se realiza un registro individual (en hoja separada) de cómo fue la experiencia para cada uno".

(Duración 60 minutos)

A modo de Cierre del ejercicio:

"Ahora nos vamos a tomar 30 minutos para compartir con el grupo total lo que les fue pasando (nos volvemos a colocar en forma circular)".

(Duración 30 minutos)

Resonancias de los y las estudiantes y las propias:

“El objetivo de la terapia, el objetivo del crecimiento, está en olvidar cada vez más “la mente” y despertar a los sentidos. Estar más en contacto, con uno mismo y con el mundo, en vez de únicamente en contacto con las fantasías, prejuicios”.³ Fritz Perls

Resulta interesante compartir los comentarios de los y las estudiantes finalizado el ejercicio. La mayoría de ellos reconoció sentirse nerviosos y ansiosos al comienzo de la propuesta; para muchos de los presentes era la primera vez que realizaban una experiencia de tipo vivencial. Con el transcurrir del tiempo, a medida que se iban proponiendo las consignas, fueron sintiéndose más cómodos y relajados. Debido a que se trataba de personas que no se conocían o sólo se habían visto algunas veces, el ejercicio fomentó la confianza y apertura con el grupo en su totalidad. Se abrieron cuestiones profundas sobre lo complejo que es acceder al mundo fenomenológico (lo obvio), el reconocimiento de lo que imagino o creo sobre el otro/a y cómo esto impacta en mí, las dificultades para conectar con el mundo interno de cada uno/a y el casi nulo trabajo corporal de la formación de los psicólogos en la US.

Las devoluciones fueron interesantes, enriquecedoras y estimulantes a nivel personal y a nivel profesional en lo que refiere a mi rol docente. Asimismo, coincidimos con docentes y estudiantes en la importancia de la modalidad vivencial como modo de aprehender los contenidos conceptuales.

Participación en dispositivo pedagógico de abordaje clínico con mirada sistémica:

Asimismo, quisiera compartir la experiencia de extensión a la comunidad realizada en los Servicios Sociales del Polígono San Pablo en el marco del Máster en Psicoterapia Relacional con enfoque Sistémico Constructivista de la Universidad de Sevilla, dando cuenta de cómo está organizada y fundamentada teóricamente.

Antes de comenzar a participar de este espacio de aprendizaje, tuve una entrevista con el director y coordinador del Máster, el licenciado en Psicología, especializado en terapia familiar, Miguel Garrido Fernández, quien amablemente me comentó sobre su formación específica en psicoterapia sistémica y su experiencia de trabajo clínico con parejas y familias en el ámbito de la psicología comunitaria. Cuestión que me resultó de sumo interés por mi trabajo como Psicóloga en los Equipos de Intervención de la Dirección de Infancias dependiente de la Municipalidad de Rosario en poblaciones con alto grado de vulnerabilidad. El profesional mencionado creó desde 1996 el Servicio de Orientación y Terapia Familiar (SOTF), donde realiza el acompañamiento a personas que asisten a los Servicios Sociales por problemáticas específicas de forma espontánea y voluntaria o que son derivadas por la intervención de la Fiscalía o la Policía del Ayuntamiento de Sevilla (generalmente por situaciones de violencia intrafamiliar y de género).

Este servicio trabaja desde la orientación sistémica constructivista con la metodología de los equipos reflexivos. Dicha propuesta metodológica es teorizada y puesta en práctica por el psicólogo noruego Tom Andersen.

El licenciado Garrido Fernández menciona la importancia del Equipo Reflexivo como una variante técnica respecto del modelo original de Andersen que se ha constituido en un dispositivo de enseñanza-aprendizaje clave para los y las estudiantes del Máster. *“En la formación de los terapeutas sirve mucho porque ayuda a saber hacer preguntas, a ser reflexivos y a trabajar en equipo. Se trata de una terapia colaborativa, que no busca provocar discusiones sino reflexiones, y que apela al respeto y a la creatividad”*.⁴

³ Yontef, Gary. Libro: *“Proceso y diálogo en Psicoterapia Gestáltica”*. Editorial Cuatro vientos. Año 1995. Cap. 6 Terapia Gestáltica: Fenomenología Clínica.

Como he mencionado anteriormente, la base teórica y epistemológica de la técnica desarrollada en el SOTF es el constructivismo. La perspectiva constructivista defiende que es el sujeto (observador) quien activamente construye el conocimiento del mundo exterior, y que la realidad puede ser interpretada de distintas formas dependiendo de la experiencia de cada sujeto. Tal como lo mencionan Pedro Jael Rincón y Miguel Garrido Fernández en su libro “*Psicoterapia de parejas*”, “...*El conocimiento del modo particular en que cada uno de nosotros construye la realidad es el paso previo al cambio en ese modo de construir la experiencia humana, pudiéndose concebir la terapia como un proceso de co-construcción de nuevas perspectivas y visiones de la realidad...*”⁵.

Según las premisas constructivistas, la realidad vivida por el sistema familiar es una realidad construida en función de las expectativas, mitos, percepciones e hipótesis de cada uno de los miembros de la familia en relación con los otros. El terapeuta mediante la conversación pone de manifiesto la construcción de la realidad que la familia hace del problema y de cada uno de los miembros y a continuación va introduciendo variantes y matices en las explicaciones que hacen del problema. Esto puede plantear una dificultad y es que debido a que el terapeuta se encuentra también limitado por su conocimiento y su forma de percibir e interpretar la realidad, a menudo, la orientación, formación y creencias del terapeuta van a influir de forma determinante en la realidad que co-construye con las familias en las sesiones. La técnica del Equipo Reflexivo (ER) tomada de Andersen va a paliar esta limitación, ya que se sitúa como un nuevo observador de un sistema interactuante, el sistema formado por la familia y el terapeuta en el contexto de la terapia. La reflexión puede ser entendida como “*algo que es oído, aprehendido y pensado antes de dar una respuesta*” (Andersen, 1994) y va a ser el elemento fundamental en el trabajo terapéutico. De los elementos que tienen que ver con los contenidos de las reflexiones aparecen: 1) Connotaciones al problema, 2) Interpretaciones, 3) Aperturas y búsqueda de soluciones, 4) Dilemas y dudas, 5) Formulaciones reflexivas, 6) Analogías, 7) Autorrevelaciones, 8) Expresión de sentimientos y emociones.

“*Uno de los aspectos que añaden potencial terapéutico al ER es el efecto de modelado que puede ejercer sobre los pacientes en dos niveles: A) Una de las riquezas de las intervenciones del ER radica en su capacidad de producir multitud de ideas y puntos de vista, incluso contradictorios, sin que derive en un conflicto emocional. Esto lo consigue adoptando siempre un tono respetuoso ante las versiones de la realidad de los pacientes y de cada uno de los miembros del equipo de forma que todas las opiniones son consideradas como muy valiosas con independencia de su utilidad. B) La forma en que el equipo expone sus ideas pretende trasladar una manera particular de pensar acerca de los problemas, haciendo hincapié en los procesos internos que regulan el pensamiento y la búsqueda de soluciones y alternativas*”⁶.

⁴ Extracto de Entrevista realizada con el licenciado en Psicología, especializado en terapia familiar, Miguel Garrido Fernández. Ciudad de Sevilla, Enero 2020.

⁵ Jaén, Rincón Pedro-Garrido Fernández, Miguel “*Psicoterapia de parejas*”. Editorial CCS. Año 2005. Cap. 3: “El modelo de Terapia de Pareja sistémico-constructivista”.

⁶ Jaén, Rincón Pedro-Garrido Fernández, Miguel “*Psicoterapia de parejas*”. Editorial CCS. Año 2005. Cap. 3: “El modelo de Terapia de Pareja sistémico-constructivista”.

Tom Andersen, en su libro “*El equipo reflexivo: diálogos y diálogos sobre los diálogos*”⁷ describe el funcionamiento del trabajo terapéutico con Equipo Reflexivo y sitúa los diferentes sistemas que forman parte de la entrevista. El sistema estancado, ya sea una persona, una pareja o una familia más más el sistema de ayuda, es entrevistado por uno o dos terapeutas (Co-Terapia). Todas estas personas pertenecen al *Sistema de Entrevistas* o también llamado *Sistema Fijo*. El equipo reflexivo (ER) a menudo se encuentra detrás de un espejo unidireccional (Cámara Gesell) y está compuesto la mayoría de las veces por varias personas. Dicho equipo escucha atentamente, nunca da instrucciones sobre lo que el equipo de entrevista va a decir o cómo sus miembros deben hablar. El o los clientes son informados desde el comienzo de la entrevista acerca de la existencia del ER. Cada miembro del equipo reflexivo escucha en silencio la conversación. Cada uno de ellos se habla a sí mismo haciendo preguntas del tipo; ¿De qué otra forma puede explicarse la situación o el tema además de la(s) explicación(es) presentada por los clientes o pacientes?

Desde el inicio de la sesión tanto el entrevistador como el resto del equipo tienen ya preguntas especiales en mente: ¿Por qué los presentes están interesados en esta reunión? ¿A quién de entre los presentes le gustó más la idea? ¿Quién tuvo más dudas? ¿Cuáles son los temas que los que están presentes quieren tocar?

No hay reglas fijas, pero una forma es preguntar primero sobre la historia de la idea de venir a la consulta. A todos se les da la oportunidad de expresar su compromiso con el encuentro, a la vez que explicar qué tema o temas les gustaría discutir.

El entrevistador espera una pausa en el flujo de conversación del sistema para hacer su pregunta y mientras espera, escucha cuidadosamente lo que se dice. Algo de lo que se diga va a ser particularmente significativo en la mente del entrevistador. Boscolo, Cecchin, Hoffman y Penn (autores sistémico-constructivistas) dicen que tales dichos son llamados “aperturas”.

Una apertura es una expresión del sistema de significados en una familia. Puede ocurrir de muchas formas: como una idea, como la pista dada por una palabra, un tema. Cualquiera que sea la forma, actúa como una “apertura” en el modo en que una familia, en especial, organiza su esquema de pensamiento, sus conductas, y la combinación de los significados que representan colectivamente. Tales aperturas son invitaciones para continuar el diálogo. Una apertura de ese estilo puede transformarse en la base para la siguiente pregunta.

Cuando los miembros del equipo reflexivo escuchan reúnen mentalmente las diversas aperturas a medida que éstas surgen, ya sea a través de palabras o de expresiones análogas. Uno podría decir que seleccionan en particular aquella apertura que les parece de mayor significación. No hay reglas sobre la manera en que cada miembro del equipo debería trabajar una apertura cuando está en la posición de escucha. Hay dos formas de cambiar de posición: el entrevistador puede pedirle al equipo reflexivo que le dé sus ideas, o los miembros del equipo pueden hacerle saber que ya tienen ideas sobre la situación.

Cuando el equipo tiene ideas, se las presenta de la siguiente manera: si algún miembro del equipo tiene una idea que cree puede ser útil al sistema de entrevista, se lo dice a los demás miembros y les pregunta si es el momento de anunciarlo o si el equipo debería esperar. Si están de acuerdo en que se trata del momento apropiado la persona con la idea entonces golpea a la puerta de la sala de entrevistas y le dice al entrevistador: “Tenemos algunas ideas que podrían ser de utilidad para su conversación. Si quisieran conocerlas, por favor hágannos saber cuándo piensan ustedes

⁷ Andersen, Tom “*El equipo reflexivo: Diálogos y diálogos sobre los diálogos*”. Editorial Gedisa. Año 1994.

que sería conveniente hacerlo". El entrevistador y aquellos con los que habla entonces deciden si quieren escuchar las ideas y, en caso afirmativo, cuándo.

Cuando las reflexiones se hacen dentro de la habitación donde se encuentra el sistema fijo, el entrevistador a menudo anuncia el cambio, diciendo que ahora será el equipo el que hablará.

Para enunciar las reflexiones se pueden utilizar distintas frases: "se puede ver tanto esto como esto otro", "se puede pensar tanto esto como esto otro"; "además de lo que ellos vieron, vi esto...", "en las explicaciones que escuché había algunos puntos fuertes", "puede que las explicaciones que voy a dar ahora pudieran ser agregadas a lo que se ha dicho hasta ahora...", etcétera.

El contexto de las reflexiones es lo que ha estado ocurriendo verbal y analógicamente en la sala de entrevistas.

Las reflexiones hechas por el equipo a menudo toman la forma de un diálogo y en ellas quedan muchas preguntas sin respuestas.

No se realizan reflexiones sobre algo que pertenece a un contexto distinto del de la conversación del sistema de entrevista y no se hacen connotaciones negativas.

El equipo con frecuencia especula sobre qué conversaciones podrían ser útiles de acuerdo con los temas que se han tratado. Los miembros del equipo, hablan entre sí acerca de sus ideas y preguntas sobre el/ los tema (s) presentado (s), cada miembro da su versión sobre los temas definidos como problemáticos. El sistema estancado más el entrevistador tienen la posibilidad de tener un diálogo interno a medida que escuchan las versiones que les presenta el equipo.

Se puede dar lugar a incorporar los sentimientos que surgen en los miembros del ER cuando escuchamos la historia del sistema fijo; localizando tales sentimientos en dos contextos: el diálogo que se escucha y algo de la propia vida de los miembros del equipo.

A menudo, el equipo reflexivo (ER) habla unos cinco o diez minutos, a veces más. El sistema de entrevista no los interrumpe a menos que las reflexiones se vuelvan tan duras que los que las escuchan no puedan soportarlas, se trata de una posibilidad de ver la discusión de los temas desde afuera.

Después que el equipo termina sus reflexiones, los miembros del sistema de entrevista hablan entre sí sobre las ideas que tuvieron mientras escuchaban las reflexiones. De esta manera, tienen una conversación sobre lo que habló el equipo reflexivo.

Se cambian nuevamente las posiciones y el sistema de entrevistas habla mientras que el equipo reflexivo escucha. El entrevistador comienza la discusión haciendo una pregunta abierta: "¿Hay algo de lo que han escuchado sobre lo que les gustaría hacer algún comentario?" Una vez que todos los que quieren hacer comentarios han dado sus ideas y las han discutido (si es que tenían alguna), el entrevistador puede presentar a discusión la idea o ideas que se le ocurrieron mientras escuchaba al equipo. Ambos sistemas pueden ofrecer o pedir ideas en cualquier momento. El sistema de entrevistas siempre tiene la última palabra en una reunión.

La mayor parte del tiempo, el entrevistador hace preguntas y evita dar opiniones o consejos. El equipo también sólo da reflexiones especulativas para subrayar que cada miembro del equipo sólo puede tener su propia versión subjetiva del todo y que, de acuerdo con los lineamientos básicos, no existe ninguna versión objetiva o final.

El futuro de las relaciones del sistema, es decir, del sistema de entrevistas más el equipo, se discute en el final de la reunión. ¿Los miembros del sistema fijo ya saben si quieren que nos volvamos a encontrar? Si así fuera, ¿Saben cuándo? ¿Saben quién podría venir la próxima vez? ¿O preferirían pensarlo con tiempo y llamar siempre y cuando quisieran otra reunión?

En este momento de la conversación podríamos discutir si hay otros con quienes reunirse que resulta fundamental para trabajar la problemática familiar, en cuyo caso podemos pactar nueva cita (generalmente con frecuencia quincenal debido a la alta demanda del servicio).

Es importante aclarar que dentro del encuadre de trabajo en el SOTF las sesiones suelen filmarse para ser retrabajadas por el profesor (terapeuta) y el equipo reflexivo (estudiantes). Para esto se solicita permiso a él o los clientes/pacientes.

“...La forma de trabajo del equipo permite introducir puntos de vista (nuevas realidades) que se espera encajen con la manera de ver la realidad de la familia (plausibles), pero lo suficientemente diferentes para producir un cambio en la manera de construir la realidad vivida (narrada). El terapeuta se sirve de las preguntas como modos de introducir nuevas perspectivas en lo vivido y acerca de lo presente y lo venidero, y desde el ER como alternativas de realidades latentes en las familias y no desarrolladas ante la ausencia de oportunidades para ser llevadas a la práctica. La conversación terapéutica desde esta perspectiva, consiste en introducir modificaciones semánticas en el mundo de significados de las familias y de las parejas...”⁸.

Teniendo en cuenta que se trataba de un dispositivo de aprendizaje en el contexto de una formación de Máster, una vez finalizada la sesión con el grupo familiar, el profesor (terapeuta) y el equipo reflexivo (estudiantes) sostenían un espacio de retrabajo de lo sucedido durante la entrevista. En principio con comentarios sobre las impresiones personales que les había generado el o los entrevistados, la intervención de ellos mismos como equipo reflexivo y las preguntas/dudas que tenían pendientes. El recurso utilizado era la cinta de video que se había grabado durante la sesión, un momento donde ellos podían verse a sí mismos en sus intervenciones concretas como ER. En ese momento iban surgiendo preguntas y comentarios, por lo cual el docente paraba la reproducción del video; respondía a los interrogantes y planteaba nuevos. Por ejemplo: Ahora que lo ven nuevamente, ¿qué reflexiones/comentarios harían que no hicieron previamente? ¿Qué cuestiones no hubieran mencionado? ¿Qué conversación tendríamos si todas las preguntas que no se hicieron se hubieran hecho? ¿Qué hubiera ocurrido entonces? Y ¿qué explicaciones se hubieran construido basadas en todas estas otras descripciones que no se vieron?

El volver a ver las cintas ofrece la posibilidad de tratar estas preguntas. También es interesante poder pensar en ese espacio, qué preguntas hubieran hecho si fuesen los terapeutas de esa familia. Es decir, que los y las estudiantes tenían la posibilidad de situarse en el rol de terapeutas y de repensarse como miembros del equipo reflexivo. De este momento se toman notas que luego van a ser retomadas en las siguientes clases (frecuencia semanal).

A modo de síntesis podemos decir que el Equipo Reflexivo es una técnica muy útil como herramienta para el cambio terapéutico. Entre sus virtudes podemos mencionar: cómo la posición del observador privilegia el acercamiento a realidades familiares ocultas como consecuencia de un apego excesivo a perspectivas rígidas y estereotipadas; las intervenciones de profundo respeto, hipotéticas y condicionales dentro de un proceso de

⁸ Jaén, Rincón Pedro-Garrido Fernández, Miguel “Psicoterapia de parejas”. Editorial CCS. Año 2005. Cap. 3: “El modelo de Terapia de Pareja sistémico-constructivista”.

co-creación de nuevos significados. Todo lo anterior propicia la introducción progresiva de la idea de que existen infinitas realidades más que una sola realidad, y permite que los clientes/ pacientes “*tomen prestados*” los nuevos significados y construyan nuevas historias menos patologizantes y más creativas e impulsoras del crecimiento psicológico.

Propuesta de transferencia de mi viaje al ámbito local e institucional:

Una vez cumplimentado el período de la estancia académica se realizará una reunión con todos los integrantes de la cátedra a la que pertenezco en la Universidad de origen, a efectos de ponerlos en conocimiento de las actividades realizadas; con la intencionalidad de encontrar los espacios académicos (ya sea en docencia, en investigación y/o en extensión), en los que dichas actividades o similares puedan insertarse para potenciarlos y fortalecerlos, de manera tal de garantizar la circulación del conocimiento aprendido en la experiencia. Teniendo en cuenta las particularidades del contexto actual (Pandemia derivada de la enfermedad por Coronavirus iniciada en el 2019 COVID-19) dicha reunión se realizará de modo virtual por la plataforma otorgada por la Facultad de Psicología (Google Meet).

Se programarán además seminarios específicos, destinados a los integrantes de la cátedra y a otros docentes que manifiesten su interés en participar, en los que se trabajará acerca de las temáticas más relevantes, tanto en aspectos vinculados al abordaje teórico como al metodológico de la Universidad de Destino. Esto podrá hacerse de manera virtual o presencial una vez que se retome la actividad académica en la Facultad.

Se desarrollarán seminarios específicos extracurriculares con los estudiantes que se encuentren cursando cátedras que aborden entre sus contenidos temas vinculados a los que se trabajaron durante la estancia. Esta última actividad se propone garantizar de modo efectivo la transferencia de la valiosa experiencia que representó la estancia académica en la Universidad de Sevilla, no solo a docentes y profesionales sino también a los que se hallan en proceso de formación, para contribuir en el mismo con otras miradas y perspectivas. Esto puede ser realizado en el marco del acompañamiento que estamos realizando como docentes con las y los estudiantes del corriente año académico.

Se analizará la posibilidad real de incorporar las cuestiones abordadas durante la experiencia, en la currícula de la cátedra donde pertenezco, a efectos de ampliar la visión teórico-metodológica de la misma.

En la medida de las posibilidades de tiempos y espacios, se planificarán charlas abiertas para la comunidad académica interesada, entendiendo por esta al conjunto no solo de profesionales sino también de estudiantes avanzados, como modo de intervención directa, con la finalidad de integrar equipos de trabajo que permitan pensar y reflexionar acerca de futuras acciones como por ejemplo, el planteo de nuevos proyectos de investigación y de acciones de extensión, tendientes estas últimas a generar un impacto a nivel socio-comunitario. En el contexto actual de distanciamiento social, se propone realizar esta charla abierta utilizando alguna red social que pueda ser facilitada por la cátedra de Psicoterapias o la Facultad de Psicología.

Se considera muy importante el establecimiento del contacto personal con docentes y estudiantes de la universidad de destino, no solo vinculado al intercambio de experiencias de enseñanza y aprendizaje, al intercambio de bibliografías actualizadas y pertinentes, sino que se tratará de que estos contactos puedan ir más allá, sosteniéndolos y profundizándolos a lo largo del tiempo, a través de acciones concretas como por ejemplo

la programación, formulación y desarrollo de proyectos de investigación conjunta, lo cual, con los recursos tecnológicos disponibles en estos tiempos, resulta factible. Asimismo, pensar la posibilidad de recibir a los profesionales docentes en nuestra querida casa de estudios cuando el contexto lo permitiera.

Referencias bibliográficas:

-

- ✓ Naranjo, Claudio. Libro: "*La vieja y novísima Gestalt*". Editorial Cuatro Vientos. Año 1989. Cap. 2: Sobre la primacía de la actitud y la transmisión de la experiencia.
- ✓ Yontef, Gary. Libro: "*Proceso y diálogo en Psicoterapia Gestáltica*". Editorial Cuatro vientos. Año 1995. Cap. 6 Terapia Gestáltica: Fenomenología Clínica.
- ✓ Perls, Fritz. "*El Enfoque Gestáltico y testimonios de terapia*" Editorial Cuatro Vientos. Año 1976. Cap.1. Fundamentos.
- ✓ Zinker, Joseph "*El proceso creativo en la terapia Gestáltica*". Editorial Paidós. Año 1977. Cap. 7. Los grupos como comunidades creativas.
- ✓ Andersen, Tom "*El equipo reflexivo: Diálogos y diálogos sobre los diálogos*". Editorial Gedisa. Año 1994.
- ✓ Jaén, Rincón Pedro-Garrido Fernández, Miguel "*Psicoterapia de parejas*". Editorial CCS. Año 2005. Cap. 3: "El modelo de Terapia de Pareja sistémico-constructivista".