

"SALIENDO DEL EGOTISMO"

Tesina de:

Nieves M^a García Berenguer

y

Pedro Olmedo Ballester

Dirigida por:

Carmen Vázquez Bandín

Centro de Terapia y Psicología de Madrid.

Presentada a la Asociación Española de Terapia Gestalt

Mallorca, Mayo 2008.

“Porque nos hemos dado cuenta de que para crecer es necesario amar”

Nieves y Pedro

índice

1.- MOTIVACION PERSONAL.....	6
2.- INTRODUCCIÓN.....	10
1. La modernidad y el paradigma individualista frente a la postmodernidad y la teoría del campo en relación al egotismo.....	15
2. Paul Goodman	22
3. La oración gestáltica de Fritz Perls.....	34
3.- TEORÍA DEL <i>SELF</i>.....	40
1. El <i>self</i> : yo, ello, personalidad.....	46
2. El ajuste creativo: precontacto, toma de contacto, contacto final y postcontacto.....	48
3. Pérdidas de las funciones yo: egotismo, confluencia, introyección, proyección, retroflexión.....	49
4.- EL EGOTISMO EN DIFERENTES AUTORES GESTÁLTICOS.....	53
1. Paul Goodman	54
2. Joel Latner.....	58
3. J. Marie Robine.....	62
4. Gordon Wheeler.....	66
5. Serge Ginger.....	68
6. Douglas M. Davidove.....	69
7. Andree Jacques.....	70
8. Margherita Spagnuolo Lobb.....	72
5.- EL EGOTISMO A LO LARGO DEL CICLO DE CONTACTO.....	74
6.- CASOS PRÁCTICOS.....	85
7.- CONCLUSIONES.....	104
8.- BIBLIOGRAFIA.....	112

Agradecimientos

Queremos hacer un reconocimiento muy especial a Carmen Vázquez Bandín y al equipo del Centro de Terapia y Psicología de Madrid (España) que ha hecho posible la colección de libros del CTP, sin estas traducciones hubiera para sido muy complicado para nosotros la elaboración de gran parte de esta tesis.

También queremos agradecer al Instituto Francés de Gestalterapia, y en especial a Ximo Tárrega y Jean Marie Robine, que un día nos facilitaron el acercarnos, conocer y aprender la Psicoterapia Gestalt.

Y una mención muy especial, sincera y afectuosa, a Carmen Vázquez, cuyo reconocimiento y apoyo ha sido la pieza clave que ha hecho posible que este trabajo haya visto la luz.

1. - Motivación personal

“Cuando el discípulo está preparado, el maestro llega”

“Finalmente, cuando todos los fondos están preparados de manera adecuada para el contacto final...” aparece Carmen.

Esta tesis es una historia de amor: de nosotros hacia Carmen y entre nosotros.

Esta tesis se gestó antes incluso de que nosotros lo supiéramos. Sólo sabemos qué figura de contacto está surgiendo cuando el ciclo está completo y puedes decir ¡ah, era esto!. Para mi (Nieves) era muy difícil saber por qué había elegido este tema, pero va tomando sentido y cuerpo a medida que lo vamos trabajando y lo va haciendo tanto a nivel personal como a nivel profesional. Voy saliendo de la confluencia.

“Antes que la construcción de una gestalt se implique en la sesión de terapia, la situación ha empezado a crearse y va a ser el fondo de las figuras por venir. Es el vínculo con una situación, sea cual sea, lo que lleva al self a desplegarse, o no”¹

Esta historia comienza en nuestra formación como terapeutas *gestalts*, cuando Carmen viene en el año 1998 a darnos el taller de “técnicas gestálticas, fantasías, sueños y cuentos” y la conocemos por primera vez. Continúa cuando Pedro al cabo de los años acude a una charla que Carmen da en la Asociación SOLC (Asociación ayuda enfermo de cáncer de Alcoi - Alicante) sobre “proceso de duelo” allá por el mes de noviembre del año 2003, y Pedro hace algo inusual en él, se arriesga poniéndose delante de ella, para saludarla, presentarse y le explica que estuvo con ella en su formación y ella lo recuerda. Saliendo de la retroflexión. El siguiente encuentro fue en las Jornadas de la AETG en Sevilla en Mayo de 2004, donde fuimos atraídos por un taller que impartía Carmen y nuestro deseo de estar con ella de nuevo. Nos acercamos al stand de su centro donde nos presentamos y de nuevo Carmen reconoce a Pedro, nos da la bienvenida y

¹ ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. P. 98

nos explica que para ella era un reencuentro con la AETG después de muchos años de no participar en estas jornadas. Compramos el PHG y nos apuntamos al curso que organizado por Carmen, Ruela Frank daría en Madrid al año siguiente. El siguiente encuentro fue en Madrid en el taller con Ruela Frank, nos sentimos acogidos de una forma muy cálida por Carmen, que estuvo compartiendo el taller con todos de una forma muy próxima, en este encuentro le expresamos nuestro deseo de que viniese a Elche (Alicante) a nuestro centro a impartir un taller, lo que le hizo mucha ilusión. El siguiente encuentro de nuevo en Madrid fue en el taller con Margaritta Espagnuolo, y aparece la idea de pertenencia, la importancia de sentir que uno pertenece a algún lugar, idea que venía resumir lo que Nieves y yo veníamos sintiendo desde hacía algún tiempo cuando estábamos cerca de Carmen, esto nos dio la oportunidad de experimentar de una forma saludable la confluencia. Por último, Carmen viene a Elche en el año 2007 a dar una charla para la Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica invitada por Pedro. Pasamos el día juntos, disfrutamos, comimos, y una nueva figura empezó a surgir: Carmen está con nosotros, no estamos solos, alguien nos apoya, nos reconoce y sentimos un profundo agradecimiento. ¡Es tan importante el apoyo!. Escribe Carmen Vázquez, citando a Laura Perls que:

“el contacto sólo puede ser bueno y creativo cuando existe el apoyo necesario para permitirlo”.

Durante mucho tiempo venimos deseando hacer nuestra tesis. Hacerla supondría terminar algo que llevamos mucho tiempo retrasando y sin embargo no hemos dejado de recopilar información. La elección del egotismo de alguna manera ha favorecido el retraso de la realización de la tesis. Hay tan poco escrito sobre el tema. ¿De donde sacar información?. No tenemos claro por qué hemos elegido el egotismo como tema de la tesis. Es tan difícil encontrar ejemplos egotistas en la práctica clínica. Hacer la tesis es terminar algo, nuestra formación, concluida provisionalmente allá por el año 1999 y así poder iniciar nuevos proyectos, como por ejemplo tener en nuestro centro la oportunidad de realizar la formación de terapeutas *gestalt*.

En estos momentos tenemos más preguntas que respuestas: ¿Es tan poco frecuente esta forma de interrupción del contacto en la clínica como nos parece a nosotros? Todos

estamos acostumbrados a detectar la confluencia, la introyección, la proyección y la retroflexión, pero ¿y el egotismo?.

El egotismo es la interrupción del contacto propuesta específicamente por Paul Goodman, ¿Por qué Paul Goodman añade esta nueva interrupción de contacto?, ¿Cuál es la necesidad que satisface?, ¿para qué lo hace?.

¿Es egotista hacer una tesis sobre el egotismo?.

Gracias a Carmen Vázquez hoy estamos arriesgándonos a escribir esta tesis sobre el egotismo. Era el apoyo que estábamos necesitando para hacerlo. Su palabra, su actitud, su confianza, su interés, su disposición personal, nos dio el suave empujón que nos ha permitido, como mínimo, empezar a andar el camino de la Tesis. Esto nos confirma en la importancia de un entorno que anime y apoye la formación de la figura, y llegar al contacto final.

Durante bastante tiempo hemos estado acariciando tres deseos, primero tener un hijo, segundo hacer formación en nuestro centro y el tercero escribir la tesis. Probablemente estos tres deseos sean materializados a lo largo del próximo año 2008.

El hecho de escribir la tesis y presentarla es una manera de ir más allá en el proceso de contacto, de abandonar el egotismo, y todo lo que este movilizaba a su alrededor: quejas, victimismo, sensación de incompreensión y abandono, superando esa fase neurótica que impedía el poder terminar algo con el fin de empezar algo distinto.

Creemos que hay dos aspectos clave que el encuentro con Carmen favoreció para que esta “posición egotista” en la que nos encontrábamos pudiera romperse y conseguir el pleno contacto; esto es el apoyo y la disponibilidad del otro que propician el compromiso y la confluencia saludable.

2. - Introducción

Frecuentemente vemos en el mercado libros llamados de autoayuda: “Sánese usted mismo”, “usted puede, si sabe cómo”, “usted tiene el poder de curarse”. Libros que introducen a los potenciales lectores en una paradoja comunicacional (del tipo ¡se espontáneo!). Desde nuestra perspectiva este tipo de libros animan al egotismo de los lectores, haciéndoles creer falsamente que no van a necesitar a nadie (excepto al autor del libro, claro), para resolver sus problemas (psicológicos) y que cuando aprendan lo que les indica el libro podrán resolverlos. “Tú puedes” incluye la afirmación, pero no lo vas a conseguir sin mi ayuda. Hasta ahora la terapia *gestalt* confrontativa animaba a los pacientes y estudiantes en esta línea: “tú puedes”, “tú sabes que es lo mejor para ti”, “tú eres responsable”, “si quieres puedes”, “conócete a ti mismo”, “el poder está dentro de ti solo tienes que encontrarlo” etc.

La diferencia desde la perspectiva del campo es que el otro (terapeuta, formador), anima ofreciéndose él primero ¿cómo puedo hacer yo para que tú...?, ¿qué necesitas de mí para tú poder ...?. Constantemente nos referimos a nuestro ejemplo personal que nos animó a llamar a esta tesis “saliendo del egotismo” porque era en esa posición en la que nos encontrábamos dónde quizás algún entorno nos había metido, cuando Carmen nos dijo qué necesitáis de mí, cómo puedo ayudaros yo. Aquella frase “salvadora” nos anima a especular que del egotismo no sales (tú solo) sino que colaboran a que salgas.

Una de las primeras cosas que llamaron nuestra atención fue que de toda nuestra promoción (incluso de promociones anteriores y posteriores), nadie había realizado la tesis aunque muchos habían manifestado su deseo e incluso habían hecho algunas aproximaciones para iniciarla.

Algo estaba pasando en el campo de la experiencia (del lado del organismo o del entorno, todavía no lo tenemos decidido) para que las tesis se hicieran esperar.

Responsabilidad del entorno. Lo primero que nos viene a la mente es la dificultad para poder acceder a los conocimientos que garantizan la competencia como terapeutas. Años y años de estudio. Una palabra que también está muy presente es “dificultad”. Es difícil ser terapeuta, muy difícil. Requiere tiempo en formación y supervisión. Todavía no estás preparado. Nunca una frase así fue verbalizada, pero está en nuestro campo de experiencia. ¿Quién la había metido allí?

Encontrar referencias en cuanto a los paradigmas sociales modernidad y postmodernidad ha ampliado nuestro campo de experiencia y nos ha permitido ir entreviendo por qué el egotismo ha podido ser olvidado durante todos estos años.

Desde el paradigma individualista el egotismo tiene razón de ser en cuanto meta y objetivo a conseguir. El fin es el crecimiento humano, el ser mejor cada vez, el ir aprendiendo cómo somos. También es el movimiento de sacar de dentro a fuera. Hay algo que está oculto y que no vemos y que es necesario conocer para mejorar, para progresar, para crecer. El egotismo entendido como ser autosuficiente, está bien visto y mejor valorado. Así que no tiene sentido una concepción del mismo como patología (psicológica o social).

Algo está cambiando. Vivimos en un mundo donde aparentemente no surgen “cosas completamente nuevas”. Es la era del reciclaje. Todo está a la vista. Sólo es necesario tomar estos elementos que ya están y co-construir algo nuevo. La co-construcción como reciclaje.

Tomemos el ejemplo de la cocina que a mi (Pedro) me gusta mucho. Un nuevo término viene a dominar la cocina en este momento histórico: deconstrucción.

Deconstrucción no es destrucción, sino modificar nuestra visión de las cosas. Establecer un nuevo punto de vista sobre algo. Pongamos el siguiente ejemplo ¿Diríamos que desde el punto de vista culinario ya hemos alcanzado la mejor tortilla de patatas que se puede hacer,?. Desde un planteamiento individualista, moderno, diríamos que sí, que el objetivo ya está cumplido. Pero entonces ¿ahora qué?. Pues no nos queda más que repetir una y otra vez nuestra tortilla de patatas con el fin de alcanzar el ideal. Sólo el tiempo y la práctica permitirán que lo consigamos (o no), y una vez conseguido, repetirla una y otra vez, siempre igual y tratando de que cada vez sea mejor. El planteamiento postmoderno, sin negar el anterior (pretende coexistir con él), aporta nuevas miradas a algo que ya no se puede hacer mejor. Sólo desde aquí cabe hablar de egotismo social. La tortilla de patatas ya está inventada, solo queda repetirla, una y otra vez, tratando de imitar el modelo. Ferràn Adrià nos da nuevas pistas de este fenómeno de campo. Las nuevas tecnologías (la terapia *gestalt*) ya no está para tratar de conseguir

la mejor tortilla de patatas, sino que está al servicio de conseguir nuevas visiones, nuevas construcciones, utilizando los mismos ingredientes. Veamos: tenemos la tortilla de patatas con patatas chips, la tortilla de patatas Marc Singla, etc

A nivel social se está produciendo también un movimiento de dilución de las fronteras. El antiguo país-nación está perdiendo su sentido. La independencia de los diferentes países está fuera de moda. Tenemos un ejemplo en la Unión Europea donde a diferentes ritmos los países van perdiendo su soberanía e integrándose con otros, están construyendo algo distinto, ni mejor ni peor, distinto. Y surge la resistencia, la perturbación de la función de contactar, el egotismo. Los países se resisten a dejar de ser para ser otra cosa. El ejemplo social más claro de egotismo en este momento en el que vivimos son los nacionalismos de todo tipo, anclados en la idea de crecer desde dentro, aislados de su entorno para evitar contaminación, sus miedos a dejar de ser quienes son y quienes han sido para empezar a ser algo distinto.

Es ahora desde una perspectiva de campo, de introducción de la interdependencia, cuando cobra más sentido la identificación de esta perturbación del contacto.

Serge Ginger nos recuerda que Jean Marie Robine nos habla que estamos en el tiempo de pasar de la egología a la ecología, como preocupación del ser humano por su entorno. El egotista conquista y explota, su voluntad, al otro, al mundo. El ecologista confluye con la naturaleza, se integra, usa que no abusa de...el otro. Para el egotista el ambiente (medio ambiente) es utilizado como si fuera un peligro para la integridad de *self* como una excusa para...

“Los recursos naturales se ‘explotan’: es decir, no participamos de ellos de una forma ecológica, sino que nosotros los utilizamos, una actitud segura, que conduce a un comportamiento muy ineficaz. ‘Conquistamos’ la naturaleza, somos los dueños de la naturaleza. Y también con insistencia, al contrario, nos esforzamos por decir que es la “Madre Naturaleza”.²

² PERLS,F.S.;HEFFERLINE,R.F. Y GOODMAN, P. *Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 4”, 2001. P. 59. (A partir de ahora lo nombraremos como PHG)

Estábamos buscando la manera saludable de salir del egotismo y entrar en una confluencia sana.

La idea es: del egotismo te ayudan a salir y entonces nos planteamos qué es lo que debes percibir en el otro para poder permitir(te) o permitir(le) salir del egotismo, esta posición tan cómoda que crea una falsa creencia de crecimiento del *self* cuando en realidad lo que hay es un aumento de contacto con lo ya conocido, con “lo domesticado” (en palabras de Isadore From en la introducción al volumen I del PHG)

¿Qué hace Carmen para sacarnos de la posición egotista?

Para Nieves la frase de Carmen: “¿Qué puedo hacer yo? ¿Qué necesitáis de mi?”. Que para ella lleva implícito el “tú sabes que yo se que tú puedes”.

Para Pedro: la aceptación incondicional, el que le den más de los que él cree estar dando en un momento determinado. También lleva implícito la misma idea “tú sabes que yo se que tú puedes”.

Nieves: estoy finalizando una confluencia no saludable y practicando un egotismo sano. Por primera vez estoy viéndome yo separada del entorno, a través de una relación donde por un lado esta el entorno fértil y por otro yo, valorándome.

Pedro: está saliendo de un egotismo no sano y practicando una confluencia sana, consciente.

El amor es lo que guía esta tesis sobre el egotismo. El amor tal y como lo enuncia Max Aub: “*amar es entregarse sin dejar de ser*”. Amar es dejar de ser egotista para ser confluente pero también es dejar de ser confluente para ser egotista.

Yo (Nieves) “llevo mucho tiempo entregándome a costa de dejar de ser y yo”. (Pedro) “Llevo mucho tiempo no entregándome para no dejar de ser”. Ahora tenemos la excitación y el apoyo para lanzarnos al amor.

La modernidad y el paradigma individualista frente a la postmodernidad y la teoría del campo en relación al egotismo

*“para no depender de una persona hay
que depender de muchas personas”*

Nos parece que el egotismo es el mecanismo de pérdida de la función yo más “social” de todos cuantos se han escrito pues su superación implica dejar de estar tan centrado en la parte del organismo (como individuo, como yo) del *self* para ir hacia el entorno. De alguna manera para salir de esta modalidad se requiere de una participación más activa del entorno que en el caso de la clínica supondría que el/la terapeuta de, por ejemplo, el apoyo verbal de: “ves al entorno, haz, y cuando vuelvas yo estaré aquí para que compartamos la experiencia, sea cual sea”. Douglas Davidove, introduce su artículo “Sobre el egotismo y la ética”, con el siguiente extracto de un poema de Paul Goodman:

*“Me pagan para hacer
un buen trabajo
con los tormentos de la gente
y es lo que hago: permanezco aquí,
permanezco aquí, y si se van
permanezco aquí y hago frente,
y cuando por fin
vienen de luchar, sigo aquí.
Es el arte terapéutico
que he inventado,
yo, que he sido abandonado”³*

Para superar este impasse en el contacto es necesario “hacer” más allá de la puerta de la sala de terapia, aunque sea para equivocarse. El cliente tiene que “abandonar” al terapeuta. Ha llegado un momento, como dice Douglas Davidove de que:

³ DAVIDOVE, D.M. *Sur l'egotisme et l'ethique*. IFGT Mini-bibliothèque de Gestalt.thérapie 75. 1995
Del original, traducido por Pedro Olmedo para la presente tesis. P. 5

“ Si un paciente ha creado los cimientos necesarios para completar una situación, y sin embargo no lo puede realizar ¿qué vamos a decir?. Se puede, ciertamente continuar buscando introyectos, proyecciones etc, no conscientes. Pero si hemos realizado con él una “buena” Terapia Gestalt, este paciente ya es consciente (quizás incluso “demasiado consciente”) de sus interrupciones. De hecho, ya no serán más interrupciones, o por lo menos no serán utilizadas como tales. Serán utilizadas como “orientaciones”, formas de proseguir la “exploración del self”. Desde luego, el paciente puede “disfrutar” de sus apegos al calor de la “confluencia” familiar que un atento psicoterapeuta puede procurarle. Pero allí dentro, el paciente puede no sentir ningún apetito, o sentir un apetito insuficiente a “arriesgarse” a vivir sin la muleta de la terapia. ¡ Y quién sabe el tiempo que esto puede continuar así!. ¿ Por cuánto tiempo un paciente volverá por “su dificultad” antes de que las dos partes se percaten de que debe haber “algo” que no funciona?.”⁴

En este momento “social”, lo significativo no es ser consciente o tener conocimientos, sino que son más relevantes las “habilidades sociales”. En las actuales entrevistas de trabajo, ha dejado de ser relevante cuánto se sabe y cuantos títulos se pueden acreditar, lo importante es el don de gentes, la creatividad, la espontaneidad, la capacidad de cambio, los recursos: “lo importante no es saber sino tener el teléfono de quien sabe”.

Yo (Nieves) acabo de darme cuenta del sentido de una frase que siempre digo y es que: “soy una psicóloga de la calle” y eso me aporta un montón de recursos. Sé dónde hay que llamar, a quién hay que buscar, quién sabe de qué, quizás por eso nunca he sido egotista y no como Pedro que ha estado en una continua búsqueda para saberlo todo él, con el consiguiente fracaso y frustración, por supuesto. Así que frente a un momento social donde lo importante era la seguridad individual, con poco riesgo vía conseguir una oposición, por ejemplo, yo me he situado dando más valor al establecimiento de una amplia red social mediante la que obtener esta seguridad. Mi seguridad individual en manos de muchas personas. Esta manera diferente de contactar el entorno, puede ejemplificar cómo podemos o bien protegernos de adoptar una postura egotista (vía

⁴ DAVIDOVE, D.M. *Sur l'egotisme et l'ethique*. IFGT Mini-bibliotheque de Gestalt.thérapie 75. 1995
Del original, traducido por Pedro Olmedo para la presente tesis. Pp. 6-7

introyección, por ejemplo: yo debo saber de todo) o vacunarnos ante el mismo (asumiendo un cierto riesgo de caer en una confluencia patológica con el entorno para garantizarnos esta seguridad).

Vivimos en un mundo en constante cambio de ahí que el *self* está en perpetuo movimiento y por tanto el *self* es tan múltiple como las situaciones que vivimos. Vemos constantemente como la propuesta egotista (modernidad) de conócete, descúbrete, saca de dentro lo que hay en ti etc., está dejando de tener sentido en beneficio del planteamiento: conoce a los demás, deja que los demás te conozcan.

El egotismo nos garantizaba tener una idea fijada de quienes somos, una función personalidad fijada, (introyección del egotismo). Con la visión postmoderna perdemos esta seguridad, la seguridad de que nos conocemos y de que conocemos a otro, o de que podemos llegar a conocerlo, a captar su esencia. “*Y en la relación clínica y terapéutica, dice Jean-Marie Robine , perdemos la posición de poder y de dominación de quien sabe o se supone que sabe y por ello nuestros pacientes pierden así la vergüenza de no saber, de ser accionados a sus espaldas por fuerzas escondidas o verdades ignoradas*”⁵. Esto es la pérdida de la posición egotista del terapeuta tal y como por ejemplo, lo podemos observar en la terapia conductual o psicoanalítica donde éste/a sabe lo que te pasa, y cómo resolverlo y sino haces lo que te propone de alguna manera hace surgir en ti la vergüenza en forma de “si quisieras podrías”, “tú sabes lo que tienes que hacer”, “yo se que es lo mejor para ti” etc.

El paradigma de campo, que asimilamos al planteamiento que nos aporta el fenómeno social conocido como postmodernidad, nos ofrece la posibilidad de co-construir el sentido en la relación primando la importancia al vínculo, a la solidaridad contrariamente a lo que propone el paradigma individualista, que asimilaremos a la modernidad, en cuanto a autonomía y responsabilidad personal. Dice nuevamente Jean Marie Robine:

“Si perdemos la independencia ganamos la interdependencia. Estamos centrados en el cómo de las experiencias mucho más que en su por qué, en la

⁵ ROBINE,J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. P. 44

invención creativa y ajustada de la solución por venir mucho más que en la explicación causal. “Aquí-ahora y después” y ya no “Aquí- ahora porque ayer”⁶.

Pedro trabaja con enfermos de Esclerosis Lateral Amiotrófica, una enfermedad neurodegenerativa que en estos momentos no tiene cura y que en el 80% de los casos acaba con la muerte del enfermo en un plazo que va de los dos a los cinco años. Hay un cambio tan rápido en el organismo que se requiere una adaptación continua a los diferentes entornos. No hay mucho tiempo físico para buscar por qué y en todo caso no son demasiado útiles. Requerimos estrategias terapéuticas que garanticen un ajuste creativo constante en el aquí y ahora...y un después no demasiado lejano para no generar demasiada angustia. Se requiere una gran flexibilidad del *self* que permite el contacto. El terapeuta deja de convertirse en un experto (cómo podemos decirle a una persona que está casi diariamente perdiendo capacidades físicas y donde la figura de la muerte es una presencia ineludible de su día a día, lo que tiene que hacer, cómo se tiene que sentir) y se convierte en un apoyo. Lo que adquiere significado es el sistema de contactos paciente/terapeuta en situaciones de igualdad, en un plano.

“El terapeuta es invitado por lo tanto, con su presencia no ya a colocarse como experto sino como curioso. Como intrigado, y también expuesto dialógicamente a la subjetividad del otro”.⁷

Vamos a resumir en forma de cuadro sinóptico las diferentes características de los dos paradigmas sociales y su relación con los paradigmas individualista y de campo en terapia *gestalt*.

⁶ ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. P. 44

⁷ Idem, id. P. 44

Modernidad Paradigma individualista	Postmodernidad Paradigma de campo
Individuo - individualismo	Persona
La comprensión del ser humano va de dentro hacia afuera	Lo más profundo está en la superficie: lo más profundo del cerebro es la corteza y lo más profundo del hombre es la piel
Ser sabio equivale a saber mucho de poco	Ser sabio equivale a contar con un amplio punto de vista
La cultura está en el código escrito, en los modos literarios, en el pensamiento hondo y en la excavación interior	Hay tantas culturas como visiones de la realidad o interpretaciones de los textos escritos, el pensamiento se extiende como una mancha de aceite, lo que se ve es lo que hay
Masculina, en vertical	Femenina, en horizontal
Predominio de la profundidad	Predominio de la superficialidad
Iluminación del pasado	Iluminación del presente
Demanda de estar consigo mismo	Demanda de la gente de estar con gente
Mayor individualismo	Fomento de las relaciones
Identidad acabada	Construcción interactiva de la identidad
Importancia del saber (conocimiento)	Importancia del sabor (sentidos)
Predominio de la racionalidad, geometría, ilustración	Predominio de la sensibilidad, sensacionalismo, afectividad
Independencia	Interdependencia
Proyecto de ser persona	Objetivo ser feliz, pero no a solas
La vida tiene sentido conectado a sí mismo	La vida tiene sentido si se comparte o se está conectado con otros
El plan social: salvarnos todos juntos o hundirnos todos juntos	El plan social: salvarnos a pequeñas dosis según las circunstancias
Obligación de forjarse una identidad y ser coherente con ella	Una identidad cambiante en base a múltiples contactos, la coherencia es la adecuación de la identidad a las circunstancias
Fatiga de ser YO	Fatiga del cambio constante

Modernidad Paradigma individualista	Postmodernidad Paradigma de campo
Interioridad	Vistas al otro
Pesada carga individual de la responsabilidad	Responsabilidad compartida
Falsa creencia de una identidad absoluta que se confunde con autenticidad y basada en repetirnos como clones de nosotros mismos	Ser auténtico es lo contrario de repetir la misma representación una y otra vez independientemente de las circunstancias cambiantes
El individuo es, posee sólo un destino	La persona posee argumentos
El individuo es compacto	La persona presenta una estructura abierta
El individuo tiende a una unidad	La persona ofrece intersticios por donde perderse, hacerse amar, copular, desdecirse
En el individuo la intimidad es prácticamente inolora	En la persona la intimidad es la médula del sabor
El individuo sirve a la mecánica	La persona sirve al teatro
El individuo es cínico y racional	La persona es emotiva

El PHG aparece en 1951, cuando todavía está presente el paradigma individualista (modernidad), y de hecho hay mucho en este sentido en el libro.

El paso de lo social a la Terapia *Gestalt* ha sido magníficamente descrito por Jean-Marie Robine en su libro “*Manifestarse gracias al otro*”, del cual extraemos los siguientes párrafos:

“Perls y Goodman introdujeron un giro fundamental que les coloca en el centro de la ‘postmodernidad’, desplazan el self, lo deslocalizan, lo descentralizan y lo temporalizan. En el enfoque moderno el yo mismo individual era reconocido como única realidad, a esto Goodman anticipa que el self ES contacto. Lo que llamamos self sólo existe cuando y donde hay contacto. Ya no es que el self

exista anteriormente y se revelase, se manifestase, se experimentase en el contacto, sino que ES el contacto”⁸.

“De esta forma si consideramos el self como superpuesto a persona, organismo, promoveremos o animaremos el desarrollo de cualquier tipo de apoyo a las capacidades, los propios recursos... del individuo en una posición egotista. Pero si consideramos el self en tanto que contacto, vamos a promover o animar el descubrimiento del apoyo en el contacto con el campo (recordando que el campo incluye a la vez al organismo y al entorno)”⁹.

“En la concepción tradicional, desde la modernidad, el self se refiere a la continuidad, a la profundización en uno mismo. Lo normal y lo patológico, están más o menos asociados a la capacidad de un sujeto para entrar en contacto con su identidad más profunda, y la terapia, sobre todo las llamadas modernas, tienen por objetivo permitir al sujeto acceder a esta condición.”¹⁰

“En la perspectiva postmoderna, el acento se pone en la evolución de los contextos, el cómo del cambio predomina sobre el porqué de los significados descubiertos. Somos, según esto, el producto de los contextos de nuestras conversaciones y de los significados que hacemos derivar socialmente de esto. Y como nuestras conversaciones son cambiantes sin cesar, nuestros ‘selves’¹¹ están en perpetuo movimiento, incluso son tan múltiples como las situaciones.”¹²

“ (...) Con esta perspectiva perdemos la seguridad de “tener” riquezas interiores, más o menos explotadas o latentes, en lo más profundo de nosotros mismos y, por ello, perdemos el apoyo fundamental de la noción de inconsciente. Perdemos las ficciones de la identidad y, en esta lógica, la posibilidad de un conocimiento objetivable, mensurable, del otro. Perdemos la normatividad y la necesidad de conocer una “verdad” que solo se puede

⁸ ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. Pp. 39

⁹ Idem, id. P. 40

¹⁰ Idem, id. P. 43

¹¹ Selves es el plural de self

¹² Idem, id. P. 43

*aprehender como ficción. Perdemos la preocupación por la medida, por el diagnóstico y otras prácticas articuladas más o menos directamente con algunas normas. Perdemos el interés en una explicación histórica y descontextualizada. En la relación clínica y terapéutica, perdemos la posición de poder y de dominación de quien sabe o se supone que sabe, y por ello nuestros pacientes pierden así la vergüenza de no saber, de ser accionados a sus espaldas por fuerzas escondidas o verdades ignoradas.”*¹³

*“(…)En el paso de la modernidad a la postmodernidad el acento se pone en la co-construcción de sentido en la relación, volvemos a dar una importancia central a las situaciones conversacionales, y por lo tanto, a la relación, al vínculo, a la solidaridad, a la comunidad, en oposición a lo que ofrece el paradigma individualista en términos de autonomía y de responsabilidad personal. Ganamos la interdependencia.”*¹⁴

*“(…)Desde la perspectiva de la postmodernidad la terapia gestalt del self lo plantea como (…) El self ya no es abordado como entidad, más o menos estable, más o menos profunda, más o menos permanente: es proceso, es “del campo” y ya no se puede superponer a la noción de sujeto, es el poder de crear las formas, de crear los significados, de crear y organizar los contactos con el mundo, humano y no humano”*¹⁵

Paul Goodman

“Tener un ambiente y no tomarlo como un objeto, es Tao”

Chiang-Tse.

“Asumir la Cultura sin perder la Naturaleza”.

Paul Goodman

¹³ ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. Pp. 43-44

¹⁴ Idem, id. P. 44

¹⁵ Idem, id. P. 69

“(...) su (de Goodman) autoanálisis preparó el camino para su trabajo con Laura Perls(...)”¹⁶

Finalmente, cuando todos los fondos están preparados de manera adecuada para el contacto final... aparece Laura Perls en la vida de Paul Goodman.

El egotismo es la interrupción del contacto propuesta específicamente por Paul Goodman¹⁷ pero ni siquiera sus más fervientes partidarios han escrito algo sobre él. Muchos son los interrogantes que nos vienen tanto del personaje como de esta pérdida de la función yo que él inventó. ¿Por qué Paul Goodman añade esta nueva interrupción de contacto?, ¿cómo un advenedizo en el campo de la psicoterapia “se atreve” a añadir un nuevo mecanismo de defensa a los ya propuesto tradicionalmente por el psicoanálisis o por Fritz Perls? ¿Cuál es la necesidad que satisface? ¿Para que lo hace? ¿Tiene que ver más con su manera de comportarse en el mundo o con sus ideas intelectuales?.

Hacemos nuestra la sugerencia que la directora de nuestra tesis nos planteó al ser preguntada sobre este tema. Para Carmen Vázquez el propio Paul Goodman pudo ser egotista. Con todas estas incógnitas y llenos de excitación lo primero que hemos hecho ha sido acercarnos a la figura de Paul Goodman a través de los datos biográficos que Taylor Stoehr plantea en su libro “*Aquí, ahora y lo que viene*”. Paul Goodman y la psicoterapia *Gestalt* en tiempos de crisis mundial” (Ed. Cuatro Vientos).

No tenemos muy claro que con la lectura y masticación del libro hayamos podido contestar a todas las preguntas que nos hacemos respecto al egotismo y su creador, pero sí que nos ha permitido tener una visión más amplia y de conjunto (no sólo a nivel individual sino también social) sobre el surgimiento de la Terapia *Gestalt*, los conceptos que la integran, y sobre sus creadores.

¹⁶ STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 43

¹⁷ El término "egotismo" no es un invento de Paul Goodman. En 1892 Stendhal publicó un libro de memorias titulado “*Recuerdos de egotismo*”, lo que contribuyó a la difusión del término en Europa, aunque con poca raigambre. Posteriormente es utilizado por el filósofo Geoge Santayana en su libro “*El egotismo en la filosofía alemana*” (Ed Imán, Bs. As., 1942). Paul Goodman dice: "A falta de una palabra mejor vamos a llamar a esta actitud 'egotismo' ya que la preocupación final se refiere a las fronteras y a la identidad propias más que a lo que se ha contactado". (PHG II, 15, 8, 1). Pág. 293 del libro “*Terapia Gestalt*”.

Por otro lado a lo largo de nuestra formación Paul Goodman siempre ha estado presente como cofundador junto con Fritz y Laura Perls, de la Terapia *Gestalt*, pero nunca habíamos profundizado en cuál fue realmente su aportación, cómo este autor influyó en la *Gestalt*, cómo alguien que no provenía de la psicología pudo tener una influencia tan importante. El conocimiento de esta figura tan relevante para la *Gestalt* ha ampliado también nuestra visión de esta corriente, nos ha ayudado a entender mejor el momento social en el que surge y cómo este también fue primordial en la configuración de esta nueva teoría. Como en un momento de profundos cambios sociales, la aportación de un crítico social como Paul Goodman amplió el campo de actuación de lo individual a lo colectivo, como la visión de la *Gestalt* del campo organismo/entorno como núcleo central bebe mucho de esta perspectiva social en la que Paul Goodman tuvo mucho que ver.

Asimismo nos ha permitido tener otra visión del propio Fritz Perls. Tan demonizado en ocasiones desde los teóricos de la Teoría del *Self*, y tan imprescindible en el surgimiento de la Terapia *Gestalt* y en que fuera Paul Goodman el encargado de suministrar la parte teórica. Si la realidad social en la que Paul Goodman vivió configura su visión de la psicoterapia, es decir es el entorno en el que surge esta figura, Fritz Perls es un entorno tanto o más importante, sin el cuál esta teoría no se hubiera sistematizado.

Hemos aceptado plenamente la propuesta de Carmen de que quizás el propio Paul Goodman fuera egotista y hemos tratado de encontrar aquellos rasgos de su personalidad individual o social que apoyaran esta hipótesis. Es decir, hemos buscado aquello que queríamos encontrar y nos ha parecido que hemos encontrado aquello que buscábamos.

Taylor Stoehr nos acerca a la vida de Paul Goodman a lo largo de tres periodos vitales: hasta 1950 el Paul Goodman escritor, artista y poeta , que va de fracaso en fracaso literario, muy centrado en él mismo y en su visión de la sociedad, crítico mordaz de esta, que no tenía en cuenta a sus potenciales lectores y que consecuentemente no conseguía conectar con ellos, nos parece encontrar referencias a la evolución egotista de Paul Goodman, un excesivo centramiento en el organismo sin tener en cuenta al entorno. Desde 1960 en adelante donde se nos representa el pragmático y exitoso crítico

social y pilar de la Nueva Izquierda, con el reconocimiento que anheló durante toda su vida y por el que pasó a la historia del movimiento social. Un Paul Goodman cambiado donde cada vez dedicaba más atención a “qué queremos” y menos a sus propias fantasías de deseo, “qué quiero”, superación de esa fase egotista, a la cuál contribuyó de manera decisiva su trabajo como psicoterapeuta gestáltico, durante la década que va desde 1950 a 1960. En 1951 se publica el libro fruto de una auténtica colaboración entre dos seres tan distintos (y tan iguales) como Fritz Perls y Paul Goodman, que tuvieron que emplear grandes dosis de paciencia mutua lo que les permitió trabajar juntos en el año que les costó escribirlo y Taylor Stoehr nos apunta específicamente que esta relación fue “*más llevadera para Goodman, que pese a todo su egotismo y afición a la polémica produjo sus mejores obras con otras personas- siempre que tuviera el control de la pluma*”¹⁸.

Veamos algunas notas de su biografía que consideramos interesantes porque nos dan pistas acerca de por dónde podríamos vislumbrar el origen de este egotismo que hemos presupuesto en Paul Goodman . Dice Taylor Stoehr que:

“Paul Goodman nació en 1911, otro niño judío pobre que creció en Manhattan. Pero su familia no era parte de la gran hola de inmigrantes que hizo de New York un centro de cultura judía a principios de siglo; por el lado materno la familia había vivido en Estados Unidos durante cien años. Además la pobreza de su familia era bastante reciente, su padre había sido un exitoso martillero y anticuario, y los tres primeros hijos fueron criados con holgura. Pero en la época en que nació Paul, su padre, había escapado a Buenos Aires con su amante, dejando a su esposa solo algunos muebles valiosos para empeñar. Ella se puso a trabajar y sus tres hermanas se turnaban para cuidar a los niños.

Para Paul Goodman , haber “nacido sin padre” fue la gran circunstancias formativa de su vida. Al ser poeta y psicólogo, es probable que haya exagerado esta mala suerte, pero en general no se autocompadeció. En muchos sentidos, fue ventajoso crecer sin un rival masculino que en cualquier momento pudiera

¹⁸ STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 15

ejercer su autoridad sin posibilidad de apelación. Como explicó en su diario, incluso la necesidad de aprender solo todas las reglas tuvo su lado bueno: “Recuerdo que, en la adolescencia, los demás aprendieron a jugar tenis en la forma correcta y yo solía ganarles, pero jamás pude mejorar mi juego y ellos sí. Todavía soy inquieto, testarudo, indócil. Soy un niño sin padre que no puede transitar por la vías regulares; me irritan. Pero absorbo con avidez los retazos de información que me arrojan y los uso a mi modo. A veces termino bien preparado; sí, ¡e incluso actúo con la confianza de estar capacitado! Es tentador creer que su peculiar mezcla del respeto por la tradición y de pasión por el aquí y ahora resultó de su niñez sin padre, siempre en busca de un patrimonio que reclamar, pero reacio a ceder ni la más mínima parte de su autonomía. Esto lo hizo especialmente sensible a la crisis que nuestra sociedad enfrentaría a mediados de siglo.

Desde temprana edad estuvo rodeado de mujeres mayores que lo mimaron y consintieron. Su padre era un tema prohibido, no solo ausente, sino desterrado, borrado. Sus hermanos obviamente conocían un secreto del cual no deseaban hablar. El pasado era un espacio en blanco lleno de misterio y vergüenza, tan irresistible como los hechos de la vida que los adultos también parecían querer ocultar.

Aunque sin duda recibió cuidados maternos de muchas manos amorosas, hubo bastantes trastornos y mudanzas que lo mantuvieron agudamente alerta a su mundo y angustiado cada vez que aparecían signos de cambio. Su madre iba y venía, el ciclo de tías encargadas de él tenía sus defectos y el domicilio familiar cambio una, dos y hasta tres veces al año hasta que cumplió 10. Esto lo tornó alegre y despierto, pero también receloso y algo desconfiado.”¹⁹

En estos primeros párrafos de la biografía de Paul Goodman nos ha parecido ver algunos rasgos que podríamos identificar con aspectos relacionados con el planteamiento egotista: el sentimiento de ser un niño “abandonado” por su padre, la necesidad de aprender sólo todas las reglas, su irritación por transitar por “las vías

¹⁹ STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. Pp. 16-17

regulares”, su búsqueda de un patrimonio que reclamar pero reacio a ceder parte de su autonomía y los cambios constantes en sus cuidadoras y en el domicilio familiar que lo convirtieron en un ser alegre y despierto pero también receloso y algo desconfiado.

Vamos a considerar una reflexión del propio Paul Goodman en el PHG relacionado con la definición de egotismo y su relación con algunos aspectos de su vida en el periodo anterior a 1950.

“(En el egotista) Su preocupación no es contactar con algún Tú que pudiera interesarle, sino multiplicar sus conocimientos científicos y técnicos para poner cada vez más cosas del entorno a su alcance y en su poder para ser irrefutable. Pero un “entorno” así deja de ser entorno, no le alimenta, y el individuo no puede crecer ni cambiar. Y finalmente, puesto que impide la experiencia de renovarse, se llena de aburrimiento y de soledad.”²⁰

Durante este periodo nos encontramos con un Paul Goodman muy angustiado, dándose cuenta que nunca sería feliz ni descubriría su verdadera vocación sino realizaba algunos cambios en su carácter. La manera en la que pretendió conseguir su cuota de felicidad, fue, emulando a Freud realizar su propio autoanálisis. Vemos aquí a un Paul Goodman egotista que al igual que el Barón de Münchhausen pretendía sacarse a sí mismo del fango, tirando de su propia coleta²¹.

Dándose cuenta de que debía haber algo en su manera de hacer que le llevaba continuamente al fracaso comenzó a trabajar con Alexander Lowen, discípulo de Wilhelm Reich, al que el propio Paul Goodman admiraba, pero como el mismo reconocía no se encontraba en tratamiento con él, negándose incluso a cooperar para poder hacer un trabajo secuenciado sobre la armadura muscular y decidiendo al cabo de seis meses que *ya sabía* lo suficiente de las técnicas reichianas para poder aplicárselas.

²⁰ PHG. P. 293

²¹ El barón de Münchhausen se hunde con su caballo en una ciénaga: “En este punto, habría muerto irremisiblemente, si la fuerza de mi brazo, siendo mi propia coleta, no me hubiese sacado de allí, juntamente con el caballo, que yo apretaba firmemente entre mis rodillas”. Contraportada “la coleta del barón de Münchhausen. Psicoterapia y Realidad”. Paul Watzlawick. Editorial Herder 1992

Nuevamente un Paul Goodman adquiriendo conocimientos más que realizando un trabajo de crecimiento personal. Durante cinco o seis meses estuvo aplicándose estas técnicas dándose cuenta que no había ningún avance. Como la aplicación de estas técnicas reichianas junto con todo el bagaje psicoanalítico que él conocía (asociaciones libres, análisis de sueños y recuerdos) no producían los frutos esperados por él, volvió a lo conocido como sustituto de estas técnicas, un nuevo intento de autodescubrimiento que fue escribir una novela en primera persona donde Paul Goodman se pregunta qué aspectos de su carácter y conducta son sana y justificados y cuáles neuróticos y psicopáticos. Ninguna novedad. Más de lo mismo. Dar vueltas una y otra vez en círculo.

Sin embargo de todas estas aplicaciones aprendió algo, pero no consiguió lo que pretendía que era salud y felicidad y como especula Taylor Stoehr en su libro *“quizás el problema era que no tenía nadie en quién confiar ni a quién respetar, ningún igual a quién contar su historia”* (saliendo del egotismo, esto es nuestro).

Este camino recorrido por Paul Goodman le permite poder “encontrar(se)” con Laura Perls que le enseñaría cosas en el ámbito del Dar y Recibir. Hasta este momento, Paul Goodman tenía la conciencia de que había estado dando más que recibiendo (de sus estudiante, de sus lectores, de sus amigos, de la sociedad en general), aunque “en realidad” Nieves dice que Paul Goodman siempre tuvo algún “ángel guardián a su lado”, dispuesto a apoyarlo en los momentos más difíciles, que obviamente el no pudo reconocer²². El encuentro con Laura cambió la perspectiva y volvemos a insistir en que este contacto pudo ser posible gracias a todo el trabajo de maduración personal realizado por Paul Goodman.

A Laura Perls, a diferencia de lo que ocurrió con Alexander Lowen Paul Goodman se acercó como paciente, dispuesto a confiar en ella y esperando algún alivio para su sensación de fracaso como hombre y artista. Esto ya nos parece un cambio significativo en el comportamiento de Paul Goodman, de su reconocimiento de su necesidad de Un Otro, que le llevaba a buscar a Laura cuando necesitaba ayuda. Nos recuerda Taylor Stoehr que Paul Goodman reconoció que acudía a terapia en busca de algo más que

²² Carmen Vázquez nos confirma esta intuición de Nieves y nos comenta que en su opinión el ángel de la guarda de Paul Goodman fue su segunda mujer, Sally Goodman que le cuidó, apoyó, mimó y "aguantó" muchísimo tiempo.

conocimientos técnicos, lo cual es un elemento esencial para la superación de este estancamiento egotista en el que nos parece verlo.

El gran mérito de Laura Perls, fue conseguir que Paul Goodman fuera capaz de abandonar su orgullo, es decir, de abandonarse a la humildad del darse cuenta de su necesidad de afecto y reconocimiento:

“ (...)como nadie, ella lo ayudó a enfrentar el mundo en una forma menos desafiante. Al atender su caso, ella comprendió que sólo se curaría si se despreocupaba de sí mismo en favor de los demás. Esto se cumplió cuando Goodman tuvo sus propios pacientes, y Laura también fue su guía en esto, su terapeuta didacta” ²³ .

Algo evidente durante toda esta época era su dificultad para relacionarse con sus pares, excepción hecha de Laura Perls y sin embargo se encontró bastante cómodo en la co-autoría, del libro, en el “nosotros” a pesar de las numerosas rivalidades con Fritz Perls.

Ahora nos gustaría hacer una breve referencia al Paul Goodman terapeuta.

En su práctica psicoterapéutica, en algunas sesiones los roles entre paciente y terapeuta se identificaban con claridad, sin embargo él *“cultivaba las posibilidades colaborativas de la vida, no el límite entre el profesional y su cliente.”* ²⁴

Diríamos que gracias a su nueva profesión Paul Goodman fue alejándose de esta fase egotista que hemos descrito más arriba y cómo su preocupación por los demás y en *“sus esfuerzos por rescatar a otros (...) él, final y dolorosamente, se zafaba del autoanálisis y la autocompasión que amargaban su existencia”* ²⁵

Muchas eran las circunstancias a las que tuvo que hacer frente Paul Goodman en su práctica terapéutica. Unas derivadas del tipo de persona que había sido hasta entonces y que provocaba rechazo entre sus enemigos y confusión entre sus amigos. Uno de los

²³ STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 42

²⁴ Idem, id. P.112

²⁵ Idem, id. P. 114

problemas más importantes a los que se enfrentó fue que “ellos (sus pacientes que eran también sus amigos y conocidos e incluso un hermano suyo llegó a serlo) “lo *conocían demasiado bien y no se suponía que uno conociera al psicoterapeuta sino que él te conociera a ti.*” ²⁶

La Terapia Gestáltica tal y como fue formulada por Paul Goodman proponía el principio radical, difícil de asumir por parte de la gente de que el terapeuta era sólo una persona y no “*un chamán o curandero y tampoco era una “persona” estratégica es decir, reemplazando a una persona para el propósito de la transferencia que pudiera hacer el paciente. Entonces, ningún trato o consideración especial para el terapeuta excepto que debía ser el primero en cargar con el peso del cambio*” ²⁷

Para Paul Goodman la Terapia *Gestalt* era un estilo de vida y por tanto no podía circunscribirse a los sesenta minutos semanales. Para él estaba presente la idea de ayuda mutua anarquista, de acción directa y de intercambio constante con sus pacientes, amigos, alumnos... Así la versión de Paul Goodman de la psicoterapia era comunitaria, muy cercana al concepto postmoderno de red social, que hemos descrito más arriba, algunos amigos los trataba por “nada” o su recompensa podía ser un “algo”, incluso sus honorarios en especie variaban: se le podía pagar en forma de regalos, favores, etc.

Pasamos a exponer algunos párrafos donde se describen algunos aspectos particulares de la labor psicoterapéutica de Paul Goodman, sin tratar de ser exhaustivos pues no es el objetivo de esta tesis,.

“Una vez en tratamiento las personas aprendían qué esperar ya que el violaba continuamente los tabúes e incitaba a los demás a hacer lo mismo. Se arriesgaba igual que todos” ²⁸

²⁶ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial.* Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 134

²⁷ Idem, id. P. 137

²⁸ Idem, id. P. 139

*“ En el grupo (...) Paul tendido sobre el suelo, al centro y vulnerable, no actúa como el antagonista que ha sido últimamente. Acepta las observaciones de todos”*²⁹

*“Goodman también era excitante y dejaba sin aliento, una combinación de lo beatífico con lo transgresor”*³⁰

*A Polster le sorprendía que Goodman “tuviera más curiosidad por su paciente que interés en si sanaría”.*³¹

*Esto es lo que le diferenciaba de otros terapeutas gestálticos: “Paul aportaba su función personal, él introducía humanidad”*³²

*“Su actitud hacia la sexualidad y la terapia era reichiana y frecuentemente la exploración sexual formaba parte de la misma”*³³

Durante esta etapa nos parece descubrir a un Paul Goodman que pasa de estar centrado en él mismo a estar más centrado en el entorno, y para nosotros casi rozando la búsqueda de confluencia. *“El propio Paul Goodman recalca que el objetivo era tratar a cada paciente como un aprendiz, un terapeuta en potencia, es decir trabajar para disolver la diferencia entre terapeuta y paciente.”*³⁴

La experiencia de Paul Goodman como terapeuta gestáltico lo ayudó durante su crisis vocacional de principios de los años cincuenta a afrontar los duros reveses personales que le deparó la vida (enfermedad de su hija y fallecimiento de su hijo). Le proporcionaba una enorme satisfacción en el sentido de superar la propia soledad, de saber que estás en contacto con personas reales *“es hermoso, como cuidar a un niño. Te entregas sin esperar nada a cambio”*³⁵

²⁹ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P 139

³⁰ Idem, id. P. 139

³¹ Idem, id. P. 139

³² Idem, id. P. 139

³³ Idem, id. P. 143

³⁴ Idem, id. P. 231

³⁵ Idem, id. P. 164

La lectura de su trabajo como psicoterapeuta nos ha retrotraído a cuestiones que nosotros nos planteamos en nuestra práctica profesional: todo lo relacionado con la estructura de la sesión terapéutica (horario, puntualidad, ausencias, honorarios), quién sí y quién no puede ser paciente. Su actitud terapéutica nos ha llamado poderosamente la atención, este llevar hasta el límite que el terapeuta es una persona y que la terapia no es una situación especial sino que es un estilo de vida, de ahí que él se comportara en terapia como lo haría en cualquier otra situación de su vida. No conocemos ningún terapeuta *gestáltico* que la lleve hasta estos extremos. ¿Hasta dónde podemos darnos a conocer a nuestros pacientes? Y si nosotros, que solemos acudir a playas nudistas nos encontramos con algún paciente. ¿Debemos renunciar a seguir nuestras costumbres habituales.? Nuevamente más preguntas que respuestas.

Por último tenemos al Paul Goodman flamante y respetado crítico social. Por fin había encontrado su lugar en el mundo o el mundo le había dado un lugar donde estar. ¡Cuánto tuvo que dejar atrás! Especulamos que el egotista va buscando (obsesivamente) un lugar en el mundo “real”, junto a los otros “reales”, aunque trata de conseguirlo intentando que sea el mundo el que se adecue a “su realidad”. Durante este periodo vital Paul Goodman aprovecha toda su experiencia como psicoterapeuta *gestáltico* para ponerla al servicio de la sociedad y la política. Para él:

*“(...)La existencia social precede a la existencia individual, es anterior en desarrollo en el organismo y anterior en cultura. Existimos principalmente, aunque no del todo, en relaciones comunitarias. Ser un individuo privado es en gran medida patológico.”*³⁶

Jean-Marie Robine se pregunta “¿será por impotencia para actuar sobre lo social que actuamos sobre el individuo?”³⁷

Nos encontramos con una persona crítica, pero ya no confrontativa con la sociedad en la que vive, con una fuerte creencia en la comunidad, en el grupo. Capaz de captar los nuevos aires que se avecinaban (postmodernidad) introdujo el concepto de comunidad a

³⁶ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial.* Cuatro Vientos Editorial. 2007. P 203

³⁷ ROBINE, J.M. *Contacto y relación en psicoterapia.* Cuatro Vientos. 1999. P. 226

la terapia. Desde esta nueva perspectiva social donde “(...) *la relación está en el centro de los sistemas de referencia: proximidad, calor afectivo y solidaridad sellan los vínculos que reúnen a sus miembros, frente al concepto de sociedad (modernidad, individualidad) que preconiza relaciones mercantiles como matriz de las relaciones entre individuos movidos por objetivos específicos.*”³⁸

Desde esta nueva forma de ver los problemas humanos nos parece lógica la introducción de un concepto como el egotismo como una forma de detener el crecimiento (personal y social). Obstáculo cuya superación tiene que ver con una orientación a la acción en el mundo, a un ir más allá de lo individual y que implica un post-contacto en el que se produzca una confluencia saludable con el o los otros. Superar el egotismo requiere de una acción directa en el mundo “real”, porque al final siempre tenemos que volver a él (y además es el único que tenemos).

Nos sentimos muy identificados con esta perspectiva de trabajo que va más allá de lo individual, que tiene en cuenta las relaciones sociales como redes de apoyo. Desde el año 1995 trabajamos en varias asociaciones. Una de ellas es una Asociación de Mujeres, “Guadiana” es su significativo nombre. Este grupo se reúne de forma habitual una vez al mes para realizar un trabajo de crecimiento personal, pero además de esto se propicia un espacio donde las mujeres han encontrado iguales con las que pueden desarrollar actividades fuera del grupo terapéutico, donde nosotros mismos compartimos espacios de nuestra privacidad (como pareja, por ejemplo) que también propician otra forma de relación (¿terapéutica?). Muchas han sido nuestras dudas y preguntas acerca de la pertinencia terapéutica o no de compartir esos momentos más sociales del grupo sin poner en peligro los beneficios terapéuticos.

De repente, me sorprende ante la recriminación de Nieves ¿Quieres dejar de seguir buscando en la bibliografía?. ¡Como está, esta bien!. Hemos dicho aquello que queríamos decir y además con sentido. ¡Deja de comportarte como un egotista!. Le doy la razón, pero busco y añado una nueva frase que Taylor Stoehr atribuye a Paul Goodman por si no ha quedado suficientemente claro:

³⁸ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 275

“ y no sabía si mi profundo impulso de aspirar a lo mejor era realmente eso o sólo otra ilusión” ³⁹

La oración gestáltica de Perls

*“Y cada vez peor
y cada vez más rotos
Y cada vez más tú,
y cada vez más yo,
sin rastro de nosotros”
(de la canción “Amor se llama el juego”
Joaquín Sabina)*

Cuando decidimos hacer el presente trabajo, nuestro pensamiento estuvo centrado en abordar la perspectiva de campo en la Terapia *Gestalt* a través del concepto de egotismo. A medida que avanzábamos un nuevo interés fue haciendo figura: descubrir a Paul Goodman, que era una figura omnipresente en nuestra formación, pero de la que lo desconocíamos prácticamente todo. Pero también éramos conscientes de que Fritz Perls tenía que aparecer ya que desde el punto de vista de la Terapia *Gestalt* Paul Goodman no era nada sin Fritz Perls y sin embargo, por razones que entroncan directamente con el motivo de esta tesis, Fritz Perls ya “era” “todo” sin Paul Goodman. Así pues Fritz Perls surge en este trabajo de una manera necesariamente parcial (y por lo tanto sesgada) a través de otro elemento que con una cierta frecuencia aparecía en nuestra formación como un ejemplo de planteamiento egotista, la tan traída y llevada oración gestáltica (a partir de ahora OG), que por cierto, nunca ha estado presente en nuestra manera de pensar ni trabajar la Terapia Gestáltica.

Vamos a añadir una cita que Taylor Stoehr pone en boca de Fritz Perls y que por si sola justificaría este apartado. Dice Taylor Stoehr que Fritz Perls decía de si mismo que:

“Creo que soy el mejor terapeuta que pueda existir para cualquier tipo de neurosis en Estados Unidos, y quizás en el mundo” ⁴⁰

³⁹ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 161

Y tras esto ¿qué más decir? , ¿cómo continuar.?

Comenzamos este epígrafe con una estrofa del estribillo de la canción de Joaquín Sabina “amor se llama el juego” que nos ilustra como se produce la desaparición del amor. A medida que aumenta el TU y el YO, el NOSOTROS va desapareciendo y con él, el amor. Directamente a la Teoría del *Self*. A medida que aumenta el Yo disminuye el *Self*. El egotismo necesariamente se sobrepasa renunciando a una parte del YO a favor de un TÚ hasta tal punto que momentánea y temporalmente YO soy TÚ y TÚ eres YO, en una confluencia sana que permite la disolución de las fronteras en el contacto.

Vamos a tomar la OG que encontramos en el artículo de Sylvia Fleming Crocker “*Verdad e insensatez en la oración gestática*”:

Yo soy yo.

Tú eres tú.

Yo hago mis cosas y

Tú haces las tuyas.

Yo no estoy en este mundo para satisfacer tus expectativas.

Y Tú no estás en este mundo para satisfacer las mías.

Si Tú y Yo nos encontramos es hermoso

Pero si no nos encontramos, no hay nada que hacer.

Siempre hemos tenido sensaciones desasosegantes cuando hemos acudido a grupos de crecimiento personal, en el que nos hemos encontrado mujeres y hombres “muy trabajados” gestálticamente, que se conocen, que saben lo que necesitan, que saben donde buscarlo, que saben quienes son y que, por un lado nos ha parecido que estaban siempre en el mismo punto y por otro que tenían dificultades para encontrar un otro/a con el que tener una relación significativa, diríamos desde un punto de vista gestáltico, con el/ la que confluir sanamente.

⁴⁰ P STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene*. Paul Goodman *la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007. P. 217

Nos ha parecido, y a medida que hemos profundizado sobre este tema creemos que hemos ido encontrando significado, que hay una auténtica fobia a confluír. Que no están en disposición de renunciar a su autonomía personal. La independencia tan largamente “trabajada” se convierte así, en un obstáculo para el contacto (y el crecimiento).

Diríamos que tratarían por todos los medios de no transgredir los principios de la OG de Fritz Perls. Son personas que efectivamente han pasado del heteroapoyo, identificado como dependencia a un autoapoyo identificado como independencia, pero que se han quedado ahí como “atascados” en una posición egotista de “todavía no es mi momento”, de “tengo que seguir aprendiendo”, “todavía no es suficiente”, “todavía falta algo más” y también de “yo soy así y quien me quiera, me tiene que querer como soy”, “no estoy dispuesta a renunciar a lo que tanto me ha costado conseguir” etc.

Independencia. ¿Se puede ser independiente en abstracto?. ¿Independiente de quién?. Todos somos dependientes de alguien o algo. Así, la neurosis no sería tanto esta dependencia como no estar conscientes de quién o de qué dependemos (podemos depender de la Terapia *Gestalt*, de los grupos gestálticos).

El planteamiento postmodernista y la Teoría del *Self* tal y como la postula Paul Goodman, introduce el concepto de interdependencia, más acorde desde nuestro punto de vista con la Teoría de Campo y la realidad social que vivimos. La interdependencia nos remite a una necesidad mutua de apoyo. Desaparece la fobia a la confluencia en beneficio de una confluencia puntual que nos permite a ambos poder crecer contacto a contacto.

Que “*cada uno de nosotros es una persona por separado*”, como dice Sylvia Fleming Crocker, como un axioma derivado de la OG “yo soy Yo y Tú eres Tú; Yo hago mis cosas y Tú haces tus cosas”, es una cuestión harto discutible desde un planteamiento de campo. En el PHG, Paul Goodman ya nos dice que “La experiencia es anterior al “organismo y al entorno, que son abstracciones de la experiencia”. Es la situación la que nos va a ir definiendo, y nos encontramos con personas diferentes en diferentes situaciones, con personas idénticas en situaciones distintas, las mismas personas en las mismas situaciones. Son estas situaciones las determinantes de quiénes somos/no somos

en cada momento. De hecho cada uno de los elementos del campo son interdependientes y se van a individuar mutuamente.

“(…) en este proceso de individuación hay momentos en los que yo soy yo, y tú eres tú y en donde podemos encontrarnos, ciertamente, pero también hay momentos en los que yo soy tú y tú eres yo, otros en los que solamente existe uno, otros en los que existe un nosotros, incluso ilusorio, otros también en los que ¡no tengo ninguna idea de quien soy ni de quien eres tú! (…) estos son los movimientos del contacto” ⁴¹

Yo ”sé quién soy” en esta situación gracias a un Tú que está también aquí y que de alguna manera influye en ello, y a la inversa.

Jean-Marie nos ilustra que:

“(…) lo que yo llamo generalmente “yo mismo” puede a menudo ser abordado como una diferenciación prematura del campo” ⁴²

Esto tiene importantes implicaciones en terapia ya que desde una perspectiva individualista el terapeuta sabe quién es, sabe que sabe quien es, sabe identificar sus necesidades, deseos... sabe dónde buscar para satisfacerlos y sabe también que es lo que no sabe el paciente, y tiene claros cuáles son los objetivos de la situación terapéutica. Y todo ello lo sabe al margen de su paciente. La perspectiva de campo introduce una nueva actitud ante el paciente, porque esta situación es nueva cada vez y en cada una de ellas organismo y entorno se van transformando, de tal modo que al final y sólo al final de cada contacto, se produzca este cuando se produzca, podremos saber quién soy/no soy yo y quién eres/no eres tú: la individuación progresiva de dos personas, en lugar de dos personas individualizadas desde el inicio.

La capacidad de auto-satisfacerse es también un axioma del planteamiento egotista-individualista. Fíjese como auto-satisfacción nos remite casi espontáneamente a

⁴¹ ROBINE,J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. P. 101

⁴² Idem, id. P. 101

masturbación que en determinadas circunstancias puede ser una retroflexión, pero que incluso realizada con el objetivo de retrasar el contacto final podría ser claramente un acto egotista. A la memoria de Pedro acude una historia donde una persona le contaba que antes de tener una relación sexual se masturbaba con el fin de “durar” más, es decir de retrasar la eyaculación. Esta capacidad de auto-satisfacción hace referencia a la capacidad del organismo de saber lo que necesita, ir al entorno y cogerlo, el entorno pasa así a ser simplemente un objeto. En el caso de que el entorno sea una persona, el organismo la tratará a su vez como un objeto.

A veces nos parece encontrar en los planteamientos egotista-individualistas una esperanza de llegar al contacto final. Encontramos referencias a que una necesaria intimidad (nuevamente entre dos personas, en una relación) requiere de un cierto grado de “dejarse llevar”, pero cuando analizamos esta propuesta vemos que de lo que se trata es de que el organismo (el YO) permita (a un TU) mostrarse el mismo, como es, auténticamente, mostrar su verdadero yo.

También podemos observar en el lenguaje esta propuesta de animar a los pacientes al egotismo:

Los terapeutas ayudamos a *la gente* a ser conscientes de lo que *realmente* quieren

Podemos *ayudar* a *la gente* a *descubrir*...

Debemos ayudar a la gente a que *aprenda* a expresar sus sentimientos...

¿Qué es lo que tú quieres?

¿Cómo haces tú para...?

Otra implicación relevante de este planteamiento es que en la situación terapéutica el que cambia es el paciente. El terapeuta no resulta afectado por su paciente. En todo caso la afectación, emocional por ejemplo, es utilizada como un recurso para ayudar al paciente a descubrir algo de él/ella, de lo que no está “*aware*”. Pero en raras ocasiones esta afectación es interpretada en términos de campo, de situación terapéutica.

A través de este recorrido por la OG de Fritz Perls y de sus implicaciones en la situación terapéutica podemos hipotetizar que aplicar estos axiomas en sentido literal anima

inevitablemente a situar al paciente en esa posición egotista, desde una posición egotista por parte del terapeuta. Esto que no es más que una elección terapéutica, dejaría según nuestro punto de vista, el proceso inconcluso.

Es importante no tener la ilusión egotista de pensar que yo hago lo que yo quiero cuando yo lo decido. El otro siempre nos afecta. Lo que llamamos “yo” es una ilusión; estamos llenos de “otro” o “de los otros”. Lo que llamamos “yo” es la síntesis de “los otros” en mí.

3. - Teoría del self

“mi vida está hecha de mi y de todo lo que me rodea”
(Paráfrasis de la frase de Ortega y Gasset
“yo soy yo y mi circunstancia”)

Estar en una posición egotista nos podría hacer creer que la Terapia *Gestalt*, tal y como está enunciada en el PHG, deviene original de haber surgido de la “nada”. Sin embargo, una posición sana nos lleva a reconocerla como un acto de ajuste creativo. Ser creativos en el sentido de hacer diferente con lo que ya hay, de transformar lo viejo en nuevo. Más arriba hemos hablado del concepto actual de reciclaje, la creatividad como reciclaje, de deconstrucción, es decir de aportar nuevas miradas sobre lo ya dado. La originalidad ya no está en inventar nada nuevo sino, en como con los mismos ingredientes hacemos algo diferente. Esta es para nosotros la gran aportación de “*Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*” que bebiendo de muchas fuentes ha sabido crear una teoría y un método diferente de entender y abordar al ser humano en la salud y en la patología.

*“Todo tiene un principio, como diría Sancho Panza; y ese principio debe estar relacionado con algo que ocurrió antes (...) La invención, debe ser admitido humildemente, no consiste en crear en el vacío, sino desde el caos; en primer lugar se deben tener dispuestos los materiales, la invención puede dar forma a una sustancia oscura e indefinida, pero no puede crear de la nada la sustancia misma (...). La invención consiste en la capacidad de atrapar las posibilidades de un tema y en el poder de moldear y dar forma a las ideas que sugiere”*⁴³

Así hemos encontrado en un texto de 1956, que habla de la visión y la manera de entender el hombre en el mundo de Ortega y Gasset las siguientes palabras, que cualquiera de nosotros podría identificar como pertenecientes alguno de los teóricos de la Terapia *Gestalt*:

“lo que nos limita, también nos determina, el yo a secas, independiente es una abstracción porque no hay una naturaleza humana permanente. El yo se

⁴³ SHELLEY W., MARY. *Frankenstein o el moderno Prometeo*. CATEDRA, letras universales. 2001. P.351

*concreta en carne y hueso; pero lo que constituye la vida de esa concreción individual son sus relaciones con lo que está fuera de ella. El vivir de cada hombre es lo que le pasa y lo que hace; son las incitaciones que recibe y las reacciones que contesta; es, sobretudo, el hacer que él mismo elige entre posibilidades innúmeras: un hacer hacia las cosas, un ocuparse y comprometerse con ellas. Tampoco la vida en abstracto existe, por consiguiente; su ser es su actividad, una constante elección de quehaceres, que lleva implícita la libertad”*⁴⁴

Queremos escribir sobre algunos conceptos de la Teoría del *self*, pero no lo vamos a hacer desde una posición egotista. No vamos a ser exhaustivos y pretender abordarlos todos. Nos centraremos en aquellos que más nos han ayudado a entender el egotismo, también aquellos que más nos han interesado por cualquier otra razón, o simplemente aquellos que hemos entendido mejor.

Empezamos este apartado con una sorpresa cuando leemos en el PHG

*“Creemos que va a poder ser útil (nuestro enfoque, la aclaración es nuestra), a muchas personas que tratan de ayudarse a sí mismas y de ayudarse unas a otras por su cuenta”*⁴⁵.

Descubrir frases del estilo “hágalo usted mismo” que identificamos como propuestas que animan al egotismo y que entrarían en contradicción con la idea de campo elaborada por Paul Goodman a lo largo del volumen dos, nos llena de excitación.

Imaginamos que esto pueda ser debido a que el libro fue concebido en un momento social en el que predominaba el movimiento de autoayuda y del potencial humano. Sin embargo el espíritu de la Terapia *Gestalt* iría, como venimos repitiendo, más en la línea de crecimiento “en el entorno”, en el reconocimiento de un otro, en la necesidad de interdependencia: “ayudarse a sí mismo en el entorno”.

⁴⁴ MAÑACH, Jorge. “*Imagen de Ortega y Gasset*”. Revista Cubana de Filosofía.1956.Vol.IV, n°13 pag 104-125.Encontrada en internet.

⁴⁵ PHG. P. 35

Lo que en Terapia *Gestalt* denominamos *gestalts* (figuras, temas etc) son la estructuración subjetiva que como organismos realizamos de nuestras necesidades, apetitos, intereses, a partir de los datos procedentes del entorno (externo o interno) de modo que la experiencia será diferente para cada individuo. Esta es nuestra experiencia subjetiva.

La naturaleza del ser humano

El concepto de naturaleza del hombre que Paul Goodman maneja en la Terapia *Gestalt* y que constituye un elemento central de la misma, es que se trata de una naturaleza humana animal. Eso nos remite a un momento primigenio de indiferenciación entre el individuo y la naturaleza. A una unidad entre lo animal y lo humano. Esto implicaría la recuperación de una simbiosis, en palabras de Sylvie Schoch de Neuforn, que remitiría a la definición que la etología da de la misma “donde hay una interdependencia entre dos organismos participando uno y otro en un crecimiento mutuo”. Llamamos la atención sobre el concepto de interdependencia que incluye la definición, porque esto nos conecta con el egotismo, la superación del cual implicaría esta re-unificación de la experiencia humana. Es decir, el objetivo de la terapia no sería así pues conseguir individuos independientes, sino interdependientes (del entorno). Cuando se supera este “obstáculo”, la persona tiene la capacidad de experimentar esa simbiosis, pero siendo consciente de que no ha perdido su capacidad de individuación frente al entorno.

Frontera-contacto

Una imagen nos puede ayudar a entender el concepto de frontera-contacto, nos la aportó Carmen Vázquez en uno de nuestros encuentros. Por un lado tenemos el agua del mar y por otro la arena; cada una de forma separada no pueden formar construcciones, sin embargo justo en el acto donde ambas se unen en la orilla dan lugar a un elemento con la consistencia suficiente para poder realizar construcciones de lo más diversas. La frontera/contacto es el momento donde el agua del mar se une con la arena en la orilla dando lugar a la novedad. El mar y la arena serían el fondo; el nuevo elemento que surge del contacto la figura; el acto de encuentro entre el mar y la arena en la orilla la frontera-contacto.

“La frontera-contacto donde tiene lugar la experiencia no separa al organismo de su entorno; más bien limita al organismo lo contiene y lo protege y al mismo

tiempo toca al entorno(...) El contacto es la consciencia inmediata del campo o la respuesta motora en el campo” ⁴⁶

Aquí y ahora

Al lado del “Aquí y Ahora” de Fritz Perls que supuso un gran descubrimiento para el *awareness*, Paul Goodman con el “Aquí, ahora y lo que viene” introduce la posibilidad de que haya algo más. El “aquí y ahora” enunciado por Fritz Perls nos puede llevar a una situación egotista, donde solo existe lo que está pasando en este momento, que nos puede llevar a pensar que ya está todo, que están todas las posibilidades explotadas.

Esto puede conducir al sujeto a interpretar que lo que importa es disfrutar el momento presente, con todas sus posibilidades, exprimiéndolo, agotándolo sin importar las consecuencias que todo esto va a comportar. Pero al día siguiente nos despertaremos y habrá que volver a empezar. El “aquí, ahora y lo que viene” de Paul Goodman nos da una esperanza, una idea de que puede haber algo más, de que hay futuro. Por otro lado esta perspectiva de Paul Goodman justifica la existencia del ajuste creativo ya que continuamente hay cambios en el campo que nos obligan a realizar ajustes.

Awareness versus consciousness

El *Awareness* estaría relacionado con el comprender y *consciousness* con el conocer.

El *awareness* tiene lugar en el presente, en el aquí y ahora, capta la actualidad del contacto, aunque se presenten elementos del pasado y del futuro. Implica la formación de una figura saliendo del fondo. Veamos un ejemplo que nos da Taylor Stoehr en relación a Paul Goodman. Una de las crisis más importantes que sufrió fue cuando su queridísima hija Susan enfermó con 17 años de polio. Paul Goodman se aterró. Lo primero que hizo Paul Goodman fue negar la verdad que le llevó a un *impass* egotista donde: comenzó una actividad frenética mental en forma de pensamientos irracionales de mejoría rápida, consultando con otros médicos, pidiendo consejo a médicos amigos y todo ello “en un estado de ánimo que se debatía entre una perfecta sensatez y una total irracionalidad”. La superación de este momento crítico (que podría haberle llevado a la pérdida de la sensación de realidad) se produjo cuando empezó a mitigar su propio

⁴⁶ PHG. P. 8

pánico y se dió cuenta de que su hija tenía un pánico terrible y él podía aliviarlo, y acto seguido se puso en acción “real”, es decir dirigida al entorno “real”; la acompañó todo el día en el hospital, calmó un poco los temores de su hija y aligeró las largas horas.

El *consciousness* es consciencia reflexiva que nos pone en contacto con una representación del entorno y de nosotros mismos y no con la “realidad” (entendida siempre como una realidad fenomenológica, “para mi en este momento” y no como la realidad objetiva y total). La consciencia reflexiva puede interrumpir el libre funcionamiento del organismo en el entorno vía la disminución del *self* proceso y un aumento del Yo (que es una parte del *self*, pero no la totalidad), de modo que el contacto se efectúa a través de una pantalla, de un como si... que provoca una retención de la excitación que ha venido siendo movilizada en el proceso en curso. La consciencia reflexiva es un objetivo terapéutico en algunas formas de psicoterapia como por ejemplo el psicoanálisis, la terapia centrada en el paciente, la terapia cognitivo conductual, pero el enfoque gestáltico nos advierte del peligro de retener la excitación en este punto sin permitir el contacto pleno y pasar al postcontacto, nuestro verdadero objetivo, donde se produce la asimilación de la experiencia, de la confluencia sana, la terminación del proceso, la destrucción de la *gestalt* en formación. Vamos a tomar un ejemplo que Taylor Stoerh respecto a Paul Goodman. Una de las dificultades a las que tenía que hacer frente era a los celos respecto a su mujer, dice Taylor Stoehr que en su autoanálisis ubicó (Paul Goodman) el origen de estos conflictos en sus relaciones de niño con su madre, que tenía pretendientes y que salía todos los días a trabajar dejándolo con sus tías. Y añade Taylor Stoehr que: quizás tenía razón pero lo que debía enfrentar era la situación inconclusa en el presente.

Autorregulación del organismo

“La consciencia espontánea de la necesidad dominante y su organización de las funciones de contacto, es la forma psicológica de la autoregulación organísmica” ⁴⁷

La autorregulación organísmica es el mecanismo por el que el organismo pone como dominante la necesidad a cubrir para la supervivencia. En el caso del egotista sigue

⁴⁷ PHG. P. 64

poniendo como dominante una necesidad que ya está acabada o casi terminada como si todavía faltara algo más. En este caso el proceso de autorregulación orgánica sería neurótico.

Vamos a ver ahora de manera sintética los diferentes aspectos del *self* para, en un apartado posterior ponerlos en relación con el egotismo

Funciones del *self*: yo, ello y personalidad

Ya hemos mencionado como una aportación importante del PHG la nueva manera de conceptualizar el *self*, que pasó de ser una estructura asociada al organismo y fue deslocalizada para convertirse en la experiencia de contactar. Al *self* lo reconocemos a través de sus estructuras parciales, denominadas Función Ello, Función Yo y Función Personalidad. Cada una de ellas no son el *self*, aunque en situaciones particulares cada una de ellas puede ser identificada con él.

De alguna manera podemos decir que el *self* se sitúa en la frontera del organismo, frontera que a la vez contacta con el entorno y por lo tanto pertenece a ambos. El *self* no debe pensarse como una estructura fija. Está allí donde hay contacto y cuando hay contacto.

“Donde, sobre todo hay conflicto, contacto, formación fondo/figura hay mucho self; donde “hay confluencia” (fluir juntos), aislamiento o equilibrio, hay un self reducido. El self existe donde están las fronteras de contacto en movimiento. Las áreas de contacto pueden estar restringidas, como en la neurosis, pero donde quiera que exista una frontera y se dé un contacto, en cierta medida, hay un self creativo” ⁴⁸ .

El *self* es espontáneo, es la excitación ante la novedad. Los contrarios de la espontaneidad son la relajación (Ello), cuando dormimos hay poco *self* y la acción deliberada (Yo), cuando tomamos decisiones hay poco *self*. En el conflicto, la agresión etc hay mucho *self*. En voz media (querer queriendo), es decir, no es activo (yo quiero)

⁴⁸ PHG. P 191

ni pasivo (me quieren) y está comprometido con su situación, es decir implica los deseos, las necesidades, los intereses y la identificaciones y alienaciones necesarias en el presente.

“comprometido espontáneamente en una preocupación presente y aceptándola según se desarrolla, el self no es consciente de si mismo abstractamente sino que toma consciencia de él cuando contacta algo” ⁴⁹

Función Yo

“El Yo es la identificación con y la alienación progresiva de las posibilidades, la limitación o el acrecentamiento del contacto en curso, incluyendo el comportamiento motor, la agresión, la orientación y la manipulación” ⁵⁰

El *self* en modo yo es deliberado, en voz activa, sensorialmente alerta, agresivo en el plano motor, consciente de que es él mismo. La actitud deliberada sana es una restricción consciente de algunos intereses, percepciones y movimientos para concentrarse en otra parte. Es la sensación de estar construyendo la situación. Se tiene la sensación de utilizar y de dominar más que de descubrir e inventar. Los sentidos están alerta y al acecho más que ocupados en encontrar o en responder.

Función Ello

“el Ello es el segundo plano dado, que se disuelve en posibilidades incluyendo las excitaciones orgánicas, las situaciones inacabadas del pasado que se vuelven conscientes, el entorno vagamente percibido y los incipientes sentimientos que conectan al organismo con el entorno” ⁵¹

En una relación “normal”, el *self* en estado de relajación es el Ello consciente y puede observarse en la relación terapéutica de manera no deliberada de ahí que se diga que es pasivo. En la función Ello, el cuerpo cobra mucha importancia y sus contenidos proceden de la imaginación, no hay iniciativa motora. Su energía procede de situaciones inacabadas. El *self* es disperso y todo es posible.

⁴⁹ PHG. P 195

⁵⁰ Idem, id. Pp 195-96

⁵¹ Idem, id. P. 195

Función personalidad

*“La Personalidad es la figura creada en la que el self se convierte y asimila al organismo, uniéndola con los resultados del crecimiento anterior”*⁵²

Es el sistema de actitudes asumido en las relaciones interpersonales, es lo que uno asume que es y lo que justificaría un comportamiento. En la neurosis la personalidad consiste en un cierto número de conceptos equivocados sobre uno mismo. Cuando termina la terapia la personalidad es un entramado de actitudes que sirve para que uno se conozca a sí mismo. La personalidad es una réplica verbal del *self*. Aporta la seguridad que da saber lo que uno es. La personalidad es la estructura de todos los *insights*.

La personalidad es responsable, permite el cumplimiento de un acuerdo que se hace según uno es y permite mantener un comportamiento coherente con lo que uno es.

El ajuste creativo: precontacto, toma de contacto, contacto final, post contacto

Vamos a describir la actividad del *self* como proceso temporal. El proceso de contacto es una totalidad única, pero se pueden distinguir, por comodidad, la siguiente secuencia de figuras y fondos:

1. Precontacto

En el precontacto el cuerpo es el fondo. El apetito, la necesidad etc del organismo o un estímulo ambiental se convierten en la figura. Es el Ello de la situación, la pluripotencialidad del *self*.

2.- Toma de contacto

El deseo, la necesidad, el apetito del organismo o el estímulo ambiental que era figura pasa a convertirse en el fondo. La excitación (el *self*) disminuye y es el entorno con todas sus posibilidades el que empieza a convertirse en figura. El cuerpo puede

⁵² PHG. P. 196

disminuir o ser elegido como figura. En el paso del precontacto a la toma de contacto surge la emoción. La emoción es el paso de lo fisiológico a lo psicológico.

“la emoción es la consciencia inmediata e integradora de la relación entre el organismo y el entorno” ⁵³

Es el momento privilegiado de la actividad deliberada (Yo), cuando se produce la elección y rechazo de las posibilidades excepto una. Es el momento de la agresión de la orientación y de la manipulación deliberada.

3.- Contacto final

Es el momento del *insight* y cuando todo se coloca en su sitio. Ya no hay identificaciones, ni alienaciones, ni actitudes deliberadas. Ya no hay nada entre lo que elegir. Se identifica un Tú. La espontaneidad predomina en este momento. El *self* es la figura. Figura y fondo se integran en la figura que se contacta. Se produce una integración de lo afectivo, sensorial y motor. Se es consciente de la unidad.

4.- Postcontacto

El resultado del contacto es el crecimiento (aumento del tamaño, procreación, aprendizaje, asimilación etc). El crecimiento es la transformación de lo que no es igual en igual. Es el momento de la asimilación no consciente (proceso de la digestión). Un buen postcontacto requiere de la voz media del *self*, ya que si en el proceso hubiera sido activo no se hubiera podido asimilar sino que predominaría la proyección. Si hubiera sido pasivo el postcontacto estaría lleno de introyección. Es nuevamente el paso de lo psicológico a lo fisiológico. Es el momento de formación de la personalidad. Lo asimilado (o introyectado, proyectado etc) me constituyen. Son yo.

Pérdida de las funciones Yo

“La neurosis es la pérdida de las funciones del yo en beneficio de la fisiología secundaria como hábitos no disponibles. La terapia de la neurosis, recíprocamente, consisten contactar deliberadamente con estos hábitos

⁵³ PHG. P. 232

mediante ejercicio progresivos con la finalidad de hacer tolerable la ansiedad”⁵⁴

La aportación que realiza la Terapia *Gestalt*, es considerar a estos mecanismos como modos tanto sanos (ajustes creativos) como patológicos (ajustes creativos cronificados y obsoletos en el momento presente) de establecer contacto y por lo tanto no son adecuados para establecer una psicopatología.

Confluencia

Es la interrupción del contacto (en realidad no sería estrictamente una interrupción ya que el contacto todavía no se ha iniciado) que se produce antes de la excitación primaria. Se trataría de un no contacto, donde no hay frontera del *self*, aunque al mismo tiempo se producen otras interacciones importantes como el funcionamiento biológico, la estimulación sensorial etc.

Podemos distinguir entre confluencias sanas y neuróticas basándonos en que las primeras están potencialmente sujetas a contacto mientras que las segundas no. La confluencia domina el segundo plano (del proceso figura-fondo) donde hay grandes áreas de la experiencia bajo esta situación de no consciencia y además de manera inevitable y necesaria (conocimientos, hábitos, aprendizajes, recuerdos etc).

La nueva excitación es generadora de miedo y la ruptura de la confluencia genera ansiedad, de modo que el sujeto se aferra a esta no consciencia (no sé...qué quiero, que me pasa, que necesito etc) para evitarla, aunque esto se logra de manera parcial o en ocasiones nula.

Introyección

La interrupción del contacto se puede producir durante la excitación, el *self* entonces introyecta, desplaza su propio deseo potencial por el de algún otro, el *self* se identifica con un deseo del entorno como propio. Suele producirse en situaciones de coerción o violencia de algún tipo, donde la inhibición del propio deseo y la sustitución por el

⁵⁴ PHG. P. 263

deseo del otro garantiza la supervivencia. El entorno odioso se elimina tragándolo por entero. La introyección es la interrupción predominante en la queja y la victimización.

La introyección sana implica la asunción de la cultura y de las normas sociales que garantizan la convivencia entre los seres humano. Pero es necesario que en algún momento del proceso estas normas sociales tragadas, sean regurgitadas y se produzca la masticación y asimilación de las mismas.

Proyección

Ante la aparición de la excitación, en el momento en el que el *self* pasa de estar centrado en el organismo para dirigirse al entorno con todas sus posibilidades de contacto y el surgimiento de la emoción, la proyección puede venir a interrumpirlo, de modo que el organismo no reconoce la emoción como propia y la sitúa como perteneciente al entorno.

La proyección en forma de intuición o presentimiento es necesaria en los primeros acercamientos y contribuye a que nos pongamos alerta ante un significado que todavía está por definirse.

La desconfianza es un ejemplo de como la proyección se manifiesta en la sociedad.

Retroflexión

El objetivo ha sido identificado (en el entorno) y el resto de posibilidades han sido alienadas de modo que las energías de orientación y de manipulación (en forma de rabia, pena etc) están plenamente comprometidas con la situación actual, pero el sujeto no puede afrontarlas y debe interrumpirlas por miedo a destruir o a ser destruido. Va surgir la frustración y todas las energías van a volver contra el único entorno que al que si puede enfrentarse: su personalidad (desvalorizaciones, desautorizaciones) y su cuerpo (enfermedades psicósomáticas).

“Cualquier acto de autocontrol deliberado durante un compromiso difícil es una retroflexión” ⁵⁵

⁵⁵ PHG. P. 291

Las retroflexiones sanas son necesarias en entornos difíciles y problemáticos donde la expresión de necesidades, deseos etc pone en peligro la supervivencia del *self* (incluso puede provocar la muerte física del organismo). Las retroflexiones sanas serían por lo tanto aquellas que se realizan de manera consciente para evitar un peligro potencial mayor.

4. - El egotismo en diferentes autores gestálticos

Paul Goodman

“Finalmente, cuando todos los fondos están preparados de manera adecuada para el contacto final, puede haber una interrupción en la relajación del control o de la vigilancia, cuando se trataría de abandonarse al comportamiento que llevaría al crecimiento” ⁵⁶

Hay un momento en el ciclo de contacto en el que hay que llevar a cabo una acción y finalizar lo que se ha iniciado, dejarlo para pasar a una nueva figura de contacto (hay que finalizar una terapia, una relación, una vez contactada la tristeza y haber llorado y asimilado la situación hay que seguir adelante). Pero en ocasiones se busca una cierta garantía y seguridad de que todo lo que se podía hacer se ha hecho, que se han tenido en cuenta todas las posibilidades con el fin de evitar desagradables sorpresas. Respecto a esto dice Paul Goodman que:

“A falta de una palabra mejor, vamos a llamar a esta actitud ‘egotismo’” ⁵⁷

Esta actitud se caracteriza porque la preocupación está centrada en las fronteras más que en el objeto que ha sido contactado durante la formación de la *Gestalt* y que lo vamos a encontrar con frecuencia en aquellos procesos que requieren una larga maduración (terapias de larga duración, decisiones largamente reflexionadas, etc).

Mediante el egotismo se produce una fijación que trata de evitar la frustración que surge por diferentes y variadas razones (sin que estos motivos sean relevantes para el proceso). Mediante el egotismo la persona está evitando la confusión que surge de la disolución de las fronteras y ser abandonado.

En el egotismo se produce una toma de control del entorno con el fin de evitar cualquier tipo de sorpresa y la preocupación que surge no es contactar un TÚ, sino aumentar los aprendizajes, los contenidos científicos y técnicos con el fin de poder manipular el entorno mediante la consecución de un poder que lo haga irrefutable. Pero puesto que sus argumentos son incontestables, (si siempre acaba teniendo razón) el contacto con

⁵⁶ PHG. Pp. 292-293

⁵⁷ Idem, P. 293

este entorno no va a ser nutritivo ya que lo que come es lo que previamente él ha vomitado y se aburre de “comer” siempre lo mismo, su mismo alimento cada vez menos nutritivo, apareciendo la sensación de soledad. La satisfacción en el egotismo se produce compartimentando sus contactos, como si cada uno de ellos no tuvieran relación entre si y de ellos con él (por ejemplo una madre donde con cada uno de sus hijos mantiene un tipo de relación cerrado y muy establecido, sin que se fomente la interrelación entre ellos), esto hace que la posibilidad de un comportamiento espontáneo por parte del entorno disminuya considerablemente y también impide la espontaneidad del egotista. El ejercicio de este control aumenta su vanidad (por saber mucho de muchos temas o de conocerse mucho por ejemplo) y desconfianza del mundo que no está bajo su control.

“Si tiene suficiente perspicacia y consciencia de sí mismo como para no exigir lo imposible a su sistema fisiológico, el egotista se transforma fácilmente en una ‘personalidad libre’ bien ajustada, modesta y ayudadora” ⁵⁸

Sabíamos que en el egotismo la persona puede convertirse en ayudadora porque es un modelo de funcionamiento ajustado para los demás, pero no entendíamos lo de modesta. ¿Modesta? Cómo puede ser un egotista modesto. Además nos desconcertaba la referencia al sistema fisiológico. Carmen Vázquez nos ayuda a entender esta cita literal del PHG que nos tenía intrigados. Para ella: “La persona egotista puede saber mucho acerca de ella y necesita saber hasta dónde llega, aceptar sus posibilidades, desarrollarse en lo que considera que puede y aceptar sus limitaciones. A esto es a lo que se refiere Paul Goodman con lo de su ‘sistema fisiológico’, porque el egotista ‘neurótico’ (también está el funcionamiento egotista ‘sano’) no siente su cuerpo, lo ignora; es solamente una mente llena de conocimientos que lo que busca es la auto-conquista. El egotista... podríamos decir ‘sano’, se conoce, sabe sus límites y comparte con los demás lo que sabe, puede apoyar, y ser ‘modesto’, no descuenta a nadie, sabe que sabe pero eso no le coloca ‘por encima’ de los demás de un modo vanidoso. “

En este sentido el terapeuta gestáltico necesita una cierta dosis de egotismo, porque esto le permite una cierta perspectiva, un cierto distanciamiento porque sabe que sabe, tiene

⁵⁸ PHG. P. 294

unos conocimientos y una necesidad de saber, pero es necesario que se autorregule y no llegue a “pasarse”, tratando de controlar el entorno (terapéutico, al paciente).

El egotismo en Terapia *Gestalt* es equivalente a la neurosis del analizado en psicoanálisis. A partir de ese momento para el paciente más importante que el contacto es seguir en tratamiento porque ya controla el proceso y nada nuevo, peligroso, sorprendente surge. Está tranquilo y seguro en un contexto (terapéutico) que controla a la perfección. Incluso podría llegar a competir en razonamientos con su terapeuta. El egotista es consciente de cómo hace para interrumpirse y lo utiliza como un juego más, frases como “me doy cuenta que estoy manipulando la situación” o “ya estoy escapándome otra vez hacia cosas que conozco” serían buenos ejemplos de esta fase.

En el egotismo se produce un retraso de la espontaneidad, ya que siempre falta algo que evita el contacto final, todavía hay algún conocimiento que adquirir, algún aprendizaje que hacer, algo de si mismo por descubrir (frases como “esto es una experiencia más”, “esto es un aprendizaje más” son algunas posibilidades verbales); la agresión contra el organismo es la fijación, la persona esta siempre en el mismo lugar, todo es interpretado a la luz de su postura, de su visión de la realidad; la agresión contra el entorno es la exclusión y el aislamiento del *self*, todo se convierte en yo (“yo se que puedo”, “yo se que valgo” etc) y la satisfacción directa que procura la fijación es la autosuficiencia, falsa creencia de poder sin necesidad del entorno, reforzada y valorada socialmente.

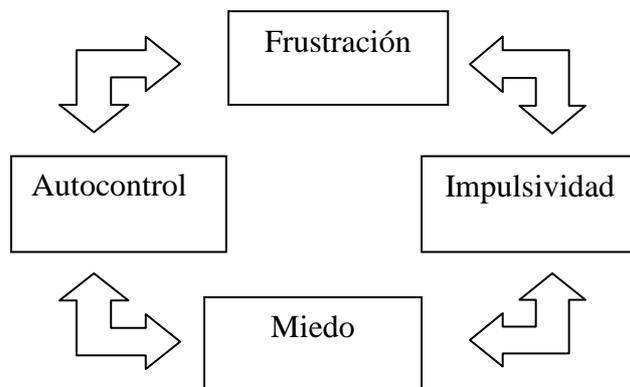
*“Cualquier mecanismo neurótico es una fijación y cualquier mecanismo contiene una confluencia, algo que no es consciente”*⁵⁹

Todos los mecanismos de interrupción del contacto son a la vez una fijación y contienen una confluencia, y el proceso neurótico se puede iniciar en cualquiera de ellos. Así el despliegue de la confluencia, dice Paul Goodman que podría ser la histeria, y si el despliegue se inicia en la fijación podría ser la compulsión. Veamos de una forma gráfica esta idea:

⁵⁹ PHG. Pp. 295-296

Histeria	Compulsión
Confluencia	Egotismo
Despliegue de la no consciencia	Despliegue de la fijación
Demasiada espontaneidad del <i>self</i>	Poca espontaneidad del <i>self</i>
Poco control	Supercontrol
En cuerpo en primer plano	El cuerpo desaparece del primer plano
Poca acción	Acción fuerte
Frustración crónica	Miedo crónico
Deseo débil Demasiado poco <i>self</i> La división entre el yo y el <i>self</i> es desastrosa	

La neurosis es a la vez un estado de miedo crónico y de frustración crónica. La frustración crónica, la impulsividad, el miedo crónico y el autocontrol se agravan entre sí.



Joel Latner

“En el egotismo se confunde la victoria con la solución”

Para Joel Latner la salud depende de nosotros pero también de lo que el ambiente permita. Así la salud está relacionada con la explotación de nuestras potencialidades con el desarrollo de nuestra existencia plena. La forma de nuestra existencia está determinada por nuestra naturaleza y por las posibilidades del ambiente. En la Terapia *Gestalt* la satisfacción no procede de ser feliz sino de estar en contacto con toda nuestra vida tal como la vivimos. Nuestra plenitud depende de ser lo que somos en todo momento. Para estar sanos es importante prestar atención a los detalles de nuestra existencia y a las maneras de vivir nuestra vida. Así pues la salud, está relacionada con la capacidad del yo (pensamos que hace referencia al *self* en el PHG) para contactar con la realidad. Este contacto se efectúa a través de las modalidades ello y ego del yo. En la salud ambas modalidades actúan como los componentes indivisibles de una *gestalt*, distintos pero integrados. Así se produce una adecuada relación entre nuestras necesidades y las decisiones que tenemos que adoptar para contactar con la realidad.

La interferencia primordial en el proceso de nuestras vidas es la disminución de nuestra conciencia. Conciencia es nuestra experiencia de lo que nos está sucediendo y la disminución de la conciencia empobrece el proceso. Todas las anomalías brotan de este trastorno inicial. Fuera del contacto perdemos la capacidad de resolver los problemas de nuestra vida y de encontrar las satisfacciones que necesitamos.

La Terapia *Gestalt* entiende que el organismo que funciona libremente es capaz de enfrentarse en forma adecuada a los problemas de la vida siempre y cuando se mantenga en contacto completo con estos problemas y sus propias posibilidades de captar y organizar el medio.

En la Terapia *Gestalt* entendemos que todas las desviaciones de la salud son disgresiones sobre el compromiso y el estilo del yo. Por un lado el contacto con el ambiente disminuye y en cambio estamos en contacto con delirios y fantasías que hemos hecho, vivimos en la zona intermedia. Por otro lado el funcionamiento del ello y del ego ya no son aspectos coordinados del yo. Pierden su equilibrio y proporción. En la

enfermedad el ego y el ello se colocan uno frente al otro, como opuestos, un ego y un ello defectuosos que actúan contradictoriamente

Para Joel Latner al hablar del egotismo:

“(...) estamos ante una interrupción básica del proceso figura-fondo. Sus contrarios sanos son los funcionamientos del ego consciente y decidido. En la enfermedad, el egotismo es la deliberación empleada contra sí mismo. Su satisfacción consiste en el control y en la victoria. El egotismo es el elemento común en todas las formas que adopta nuestro deterioro. La satisfacción del egotismo es diferente de la satisfacción de la autorregulación orgánica. La victoria (hacer que las circunstancias sean como deseamos y dominen el proceso gestalt) no es conducta integrada. Integrados somos más alegres y el resultado es la solución no la victoria.

El egotismo también nos da una sensación falsa y engañosa de nosotros mismos. Perdemos la noción de nuestras proporciones exactas en relación con los demás y el mundo natural. Nos volvemos arrogantes e impresionados por nuestra propia fuerza. En el egotismo perdemos el contacto con nuestro ser como arte de fluir de la vida. Sabemos ante todo cómo podemos controlar, manipular, vencer.

*El resultado del egotismo es que nos situamos en el centro de la vida. Orgullosamente nos consideramos como la medida de todas las cosas, falso humanismo de aislamiento y del “dar y recibir” del ambiente. Nos convertimos en soberanos y nuestro dominio somos nosotros mismos y todo el que entra en contacto con nosotros.”*⁶⁰

Cuando leímos que “el egotismo es el elemento común a todas las formas que adopta nuestro deterioro”, nos produjo una cierta sorpresa ya que el único mecanismo que habíamos concebido que estaba presente a lo largo de toda perturbación neurótica era la

⁶⁰ LATNER, J. *El libro de la terapia Gestalt*. Editorial Diana. 1978. P. 126

confluencia, entendida como no consciencia (*awareness*). Dentro de la definición de Joel Latner aparecen dos conceptos que pueden darnos pistas acerca de estos “misterios” para nosotros que son: que en el egotismo la satisfacción consiste en el control y en la victoria y que la satisfacción del egotismo es diferente de la satisfacción de la autorregulación orgánica.

La idea de victoria como satisfacción egotista propuesta por Joel Latner trajo a nuestra memoria el concepto de autoconquista planteado por Paul Goodman en el PHG, como una de las definiciones de neurosis y concretamente la autoconquista como pacificación prematura de los conflictos.

Desde este planteamiento, el neurótico egotista en lugar de permitir que el conflicto (sea cual sea el tema que lo implique –normas sociales frente a instintos etc-) evolucione, madure y se transforme en algo nuevo y positivo se deja inacabado, y se manifiesta en la necesidad de conseguir victorias en batallas pequeñas, aferrándose a la seguridad (fijación del fondo) en lugar de confiar en este fondo para acceder a la solución por venir. Estas victorias parciales aparentemente son satisfactorias y funcionan como una auténtica asimilación, integración y crecimiento.

Aquí es donde el egotismo se equipara al carácter determinado por la autoconquista. El egotista y el conquistador de uno mismo, no sucumbe a la debilidad, es fuerte, es arrogante, es vanidoso, suficiente, es independiente, puede coger y dejar, todo esto forma parte de un ejercicio de autocontrol que es la prueba de su propia superioridad frente al entorno. Y es esta superioridad la que tiene un gran prestigio social, pues es la prueba de su poder, de su carácter. El egotista igual que la persona con carácter no necesita a nadie y presentan ante los demás una fachada detrás de la cual sólo hay vacío. Esto es lo que llamamos una persona con carácter, que generalmente contraponemos a una persona débil. Sin embargo la debilidad tal y como es entendida por la Terapia *Gestalt* es el funcionamiento espontáneo que permite la creatividad, es decir la invención de una nueva solución: la solución del conflicto en curso.

Sabemos que la satisfacción directa que proporciona la fijación en el egotismo proviene de la compartimentación y la autosuficiencia. Es cierto que la agresividad, la pena, la excitación pueden hasta cierto punto ser aliviadas de una manera compartimentada, es

decir sin contacto con el entorno. Pero solamente cuando (a través de la psicoterapia por ejemplo) los introyectos, los deseos, las necesidades son contactadas es cuando van a poder resolver el conflicto inacabado hasta este momento.

*“La gracia, el calor, la fuerza, el buen sentido, la alegría, la tragedia son algo imposible para las personas de carácter”*⁶¹

La segunda idea aportada por Joel Latner, es que en el egotismo la satisfacción es diferente de la satisfacción de la autorregulación orgánica y es que:

*“la estructura del contacto neurótico, se caracteriza por un exceso de carácter deliberado, una fijación de la atención y una preparación de los músculos para una respuesta concreta”*⁶²

Este exceso de carácter deliberado, en lugar de la relajación que exigiría la situación, esta fijación de la atención, lo que dificultaría la percepción de otras posibilidades más ajustadas y esta preparación de los músculos para una respuesta concreta, en lugar de la flexibilidad necesaria para el ajuste creativo del *self* en un campo concreto de experiencia, transforma la autorregulación en neurótica (aunque es el ajuste creativo que el *self* está en disposición de hacer) y en egotista porque aparentemente la tensión, la pulsión, el interés, la necesidad se ha resuelto (y el ciclo de contacto aparentemente se ha cerrado).

Quisiéramos hablar ahora de nuestra experiencia con personas deshabitadas de su adicción al alcohol (alcohólicos rehabilitados), ya que su experiencia se adecua bastante a lo que ha sido expuesto más arriba. Nos parece que los alcohólicos rehabilitados toman el dejar de beber como solución al problema del alcoholismo cuando en realidad es una victoria. Vemos como los alcohólicos rehabilitados utilizan todo su esfuerzo en ser fuertes frente al deseo de beber, a autocontrolarse. Dejar de beber es una cuestión de fuerza de voluntad, es decir hay que forzar a la voluntad (¿de desear beber?), obligarse a hacer algo en contra de su voluntad. Dejar de beber se convierte en el objeto de su lucha. Existe una enorme satisfacción por la capacidad de autocontrol que ejercen y un

⁶¹ PHG. P. 180

⁶² Idem, id. P. 65

gran prestigio social para aquellos que lo consiguen. Pensamos que esta victoria garantiza un pequeño triunfo, pero no garantiza una abstinencia continuada, si no va acompañada de un trabajo psicoterapéutico personal de aumento del *awar* y de potenciación de la función yo. Cuando el alcohólico deja de beber no ha decidido “libremente” hacerlo, generalmente ha sido fruto de un conflicto con el entorno (su familia, la sociedad) que fuerzan la situación. Así que dejar de beber apacigua el conflicto prematuramente, y la familia vuelve a tener tranquilidad, pero sólo la decisión consciente de no beber (o seguir haciéndolo) garantizará la abstinencia.

Otra manera de garantizarse la abstinencia es convertirse en modelo para los demás alcohólicos en proceso de rehabilitación vía el reforzamiento social que esta conducta conlleva.

Al mismo tiempo vemos como estos alcohólicos rehabilitados, con 20 años de abstinencia total, necesitan acudir una vez a la semana a la asociación, justificándolo en que es imprescindible para poder mantener la abstinencia .

Jean Marie Robine

“no estamos hechos más que de piezas añadidas”

En su libro *“Contacto y relación en psicoterapia”*, encontramos a Jean Marie Robine siguiendo fielmente las propuestas de Paul Goodman a la luz del aprendizaje realizado a partir de su encuentro con Isadore From, sucesor, según él del propio Paul Goodman.

Así descubrimos un Jean Marie preocupado por las estructuras, funciones y perturbaciones del *self* y todas las implicaciones que tienen para la psicoterapia.

En relación al egotismo, utiliza la definición del PHG propuesta por Paul Goodman, introduciendo como novedad la posibilidad de considerar el egotismo como una modalidad de retroflexión que permite evitar la ansiedad de la agresión.

“Asimilo el egotismo a una forma peculiar de retroflexión, en la medida en que el egotismo responde plenamente a una de las definiciones de la retroflexión

*dadas por Perls y Goodman: "Todo acto de autocontrol deliberado durante un compromiso difícil es una retroflexión".*⁶³

Así su interés está centrado en asimilar la teoría y en ir descubriendo (y descubriéndonos) algunos aspectos no resueltos completamente en el PHG como por ejemplo, si podemos basar una psicopatología fundamentada en las interrupciones del ciclo del contacto, las formas del surgimiento de la ansiedad en cada una de estas interrupciones y, en cuanto al egotismo, también se plantea si estamos ante una pérdida o ante un exceso de función yo.

Vamos a ver de manera sintética algunas de sus aportaciones en estos aspectos en relación con el egotismo.

En cuanto a derivar algún tipo de psicopatología de la interrupción del contacto llamada egotismo, Jean Marie Robine nos aclara que cuando las funciones personalidad y ello se encuentran alteradas esto influye en la modalidad de contacto del *self* a través de una pérdida o suspensión de las funciones del yo y que es en este momento cuando los mecanismo de confluencia, introyección, proyección, retroflexión y egotismo ocupan las funciones que son atribuidas al yo, de modo que estos mecanismos "*son a la vez la consecuencia y la modalidad*"⁶⁴, y que por lo tanto la diferencia entre una interrupción sana y otra patológica estará en la cualidad de consciencia (*awareness*) movilizada.

Respecto a la ansiedad que puede aparecer ante la proximidad del contacto final, el egotismo es el mecanismo utilizado como último freno para evitarlo. Este aparece con frecuencia al final de la terapia, cuando la "introspección" se ha convertido en el objetivo del cliente. Esta ansiedad se manifestará en los individuos que presentan perturbaciones narcisistas de su experiencia, que se muestren ansiosos frente a la pérdida de control, ante la apertura al otro, ante el miedo a un abandono posterior, ante un posible engullimiento en el nosotros del encuentro, aislándose del entorno y reduciéndolo a un incremento de conocimientos que amplían su control y poder.

⁶³ ROBINE, J.M. *Contacto y relación en psicoterapia*. Cuatro Vientos. 1999. P. 143

⁶⁴ Idem, id. P. 65

En cuanto a la aparente paradoja introducida por Paul Goodman de si se trata de una pérdida o un exceso de yo, dice Jean Marie Robine literalmente:

*“(…)Para llegar al contacto final, la espontaneidad debe suceder al carácter deliberado que suele prevalecer en la fase de puesta en contacto; aflojar el control, soltarse, tener el valor de terminar la acción emprendida, abrir las fronteras al encuentro del objeto contactado, permitir al Yo-Tu volverse momentáneamente un Nosotros. El problema de este control, que convierte la frontera estancada y cerrada en un verdadero contacto pleno, es que él mismo no es controlado. Demasiado ego comprometido en esta fase del self, por cierto, pero sin que el ego esté en condiciones de elegir suspender su control. El control está fuera de control. Demasiado y pérdida de la función-ego.”*⁶⁵

La evolución del pensamiento de Jean Marie Robine ha ido de la mano de la toma de distancia de su maestro Isadore From y de la Escuela de Cleveland excesivamente centrada en los aspectos estructurales, para dar más importancia al “proceso” de contacto, al *self* como parte del campo y posteriormente, dando un paso más, ir del campo a la situación.

El egotismo se convierte así en un ariete para la crítica constructiva del modelo gestáltico individualista, que Jean Marie Robine identifica con el paradigma social denominado “modernidad”, que deja de tener sentido (el egotismo) en cuanto avanzamos hacia un modelo interdependiente, basado en el paradigma social “postmodernista”.

El planteamiento de un *self* identificado con el organismo que desplegaría todas sus potencialidades en el campo (a través de la relación), de un organismo por lo tanto perfectamente constituido pero que no está *aware* de aquello que es y de un terapeuta también constituido como entorno privilegiado, que sabe lo que el cliente no sabe y que está disponible para ayudarlo a desplegar su *self* (modelo perlsiano en el que Jean Marie Robine se formó en sus comienzos), donde la frustración y la generación de vergüenza

⁶⁵ ROBINE,J.M. *Contacto y relación en psicoterapia*. Cuatro Vientos.1999. P. 143

se potenciaban y se convertían en motor del cambio, da paso a un modelo en el que organismo y entorno se van construyendo en cada contacto, el *self* como contacto, la referencia a la función ello de la situación, la función personalidad de la situación, donde lo primero es la experiencia, el contacto y de ahí van surgiendo el organismo y el entorno que son abstracciones de esta experiencia y donde el apoyo al proceso en curso se convierte en el motor del cambio (ajuste creador).

Hay un nuevo planteamiento donde el sujeto ya no va descubriendo aspectos ignorados, reprimidos, escondidos en su interior con ayuda del terapeuta que sabe donde buscar sino que constantemente hay un recordatorio de que es el contacto en el campo como nos vamos construyendo y de que constantemente somos en referencia a un otro, al mismo tiempo que este otro lo es en relación a mi mismo. Hay una referencia constante al nosotros, frente a una búsqueda de un yo-tú del modelo anterior, lo que constituirá una especie de vacuna frente al egotismo como objetivo a alcanzar el proceso terapéutico. Y también hay una protección ante el egotismo del terapeuta. Ambos, organismo y entorno somos conscientes que la autosuficiencia es una utopía y que nos necesitamos mutuamente.

Desde este nuevo planteamiento se da cabida y se potencia el apoyo al proceso, que protegería contra la generación de vergüenza, entendida como lo hace Jean Marie Robine como:

*“(...) un derecho a la existencia, al reconocimiento que recibo o no recibo por ser quien soy, a la posibilidad y legitimidad de ser quien soy, de sentir lo que siento, de desear como deseo”*⁶⁶

Es decir, apoyamos lo que va surgiendo del contacto, sosteniendo la figura en curso hasta que se constituye en una forma identificable y asimilable por parte del organismo, forma que contendrá a su vez algo del entorno.

Así frente a la detección de las pérdidas de la función yo en el proceso terapéutico pasamos a estar más presentes al despliegue del *self* en la situación de terapia, atentos al

⁶⁶ ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006. P. 36

ello de la situación en lugar de al ello del organismo, presente a la co-construcción del sentido en la relación, presente a lo que está en lugar de a lo que debería estar.

Gordon Wheeler

“El sujeto siempre está ‘en contacto’ de algún tipo”

La meta del individuo es el crecimiento, para crecer es necesario al mismo tiempo conservar. La meta del organismo sería encontrar un equilibrio entre crecimiento (cambio) y conservación (mantenimiento de las estructuras del fondo). Ambos polos son esenciales para que tenga lugar el contacto. Si un individuo no puede crecer y cambiar el resultado es la rigidez y si no puede conservar mientras cambia, es decir, si no puede organizar lo nuevo en unas estructuras de fondo significativas y duraderas el resultado sería un “yonki del contacto”. Nuevamente esta idea de cambio y conservación como metas del organismo nos ayuda a tener un soporte teórico que nos ayudaría a entender porque cuando un miembro de una pareja acude a terapia con la idea clara de separarse, de cambiar, nosotros en algunas personas y algunas situaciones ralentizamos el proceso, esto es, introducimos el egotismo de manera consciente, de forma que ese cambio se pueda producir sobre unas bases sólidas y arraigadas en el fondo.

“Finalmente, si todas estas trampas se superan, y el “encuentro” con lo Nuevo se logra, viene un momento en el que el self debe “soltar al self” para que el contacto real, en el sentido más pleno, pueda tener lugar. Es decir, lo viejo, que debe ser desestructurado y reorganizado, no solo está en el entorno, sino también en el self... En este momento el self debe estar seguro de sí mismo para arriesgarse, con sus propias organizaciones anteriores, en el encuentro nuevo. Si no puede el resultado es el egotismo, el agarrarse fuertemente al self congelado tal como estaba, la falta de habilidad para lanzarse, y arriesgar cambios, pérdidas, y encontrar lo no familiar. La espontaneidad se pierde y aparece una deliberación exagerada e hiperprudencia.”⁶⁷

⁶⁷ WHEELER,G. *La gestalt reconsiderada. Un nuevo enfoque del contacto y de las resistencias*. Los Libros del CTP 5.2002. P142

Este autor plantea que el concepto de egotismo es introducido por Paul Goodman y que no aparece en los escritos de Fritz Perls. Esta omisión no es casual, sino, que lo relaciona con la insistencia de Fritz Perls en la autonomía absoluta (La famosa oración perlsiana de Yo soy yo / Tu res tu.....podemos cogerla como muestra de este centrarse en lo individual, en la capacidades individuales)

Rechaza Gordon Wheeler la idea de un contacto “ideal” que se estropearía con el surgimiento de las “resistencias” (pérdidas de la función yo, en palabras de Paul Goodman). Para él, confluencia, proyección, introyección, deflexión, egotismo, *son “funciones de contacto”, son el “contacto”* . Si quitamos todas estas resistencias, como podríamos deducir del modelo de Paul Goodman y Fritz Perls, no existiría un contacto puro sino solamente una fusión completa o una diferenciación completa y por lo tanto fuera de contacto.

De esta manera Gordon Wheeler lo que nos propone es que estas modalidades de contacto son:

*“de alguna manera formas de organizar el encuentro que pueden ser más o menos útiles de acuerdo a las metas de las personas o del sistema en ese momento”*⁶⁸

Otra novedad que aporta Gordon Wheeler es que las “resistencias” están redefinidas como funciones o dimensiones bipolares del proceso de contacto. Veamos el cuadro extraído de *“La Gestalt reconsiderada: un nuevo enfoque del contacto y las resistencias”* página 89:

⁶⁸ WHEELER,G. *La gestalt reconsiderada. Un nuevo enfoque del contacto y de las resistencias*. Los Libros del CTP 5.2002. P. 184

CONTACTO

(vs. Aislamiento, anomia, no existencia o fusión total)

resistencia/diferenciación	vs.	Confluencia
proyeccion	vs.	Retención, literalidad
introyeccion	vs.	Masticacion, desestructuracion
retroflexion	vs.	Intercambio, encuentro
egotismo	vs.	Fusión, cesión
deflexión	vs.	Enfoque, concentracion

Dice Gordon Wheeler que:

*“Cada una de las “funciones de contacto” puede actuar entonces como una facilitación o una inhibición del proceso de buen contacto dependiendo del desarrollo (o sobre- o sub-desarrollo) de ese modo en concreto, el desarrollo de su complemento polar y la flexibilidad de movimiento entre los polos y entre las funciones y las metas concretas que organizan el sistema general y el contacto concreto en cuestión”*⁶⁹

Estas funciones son “estilos de contacto”, “canales de contacto”, “facilitadores de contacto” o “distorsiones o bloqueos en el contacto” dependiendo de la hiper o hipotrofia de las funciones, de la flexibilidad del alcance de ese continuo bipolar en cada caso y de las metas del contacto en cuestión en las condiciones concretas de un campo dado.

Serge Ginger

Para Serge Ginger, el egotismo:

“Se trata de un refuerzo deliberado de la frontera-contacto; el cliente se aferra a su ego conocido (“soy francés”, “soy católico”, etc) y lo cultiva con orgullo y con una hipertrofia del yo voluntariamente desarrollada, por otro lado, por diversas terapias y principalmente por la Gestalt. En efecto, cualquier cliente en terapia se interesa mucho por él mismo y en sus propios problemas,

⁶⁹ WHEELER,G. *La gestalt reconsiderada. Un nuevo enfoque del contacto y de las resistencias.* Los Libros del CTP 5.2002. Pp 189-90

*consagrando largas horas a auto observarse, a encontrarse o a poner en escena, a tener experiencias, a sacrificar tiempo y dinero para su propio desarrollo y bienestar; se trata efectivamente de una periodo de egotismo o de egocentrismo”.*⁷⁰

Durante el proceso de la Terapia *Gestalt*, se valora especialmente el sentido de la responsabilidad personal. Así la *Gestalt* combate algunas introyecciones en forma de exigencias sociales, normas, también libera de determinados controles definidos como retroflexiones, anima a la ruptura de la confluencia rompiendo el equilibrio que garantiza la preservación del organismo pero evita su crecimiento. Por lo tanto es frecuente que en el curso de estas terapias el cliente se interese más en él, que en su entorno, permitiéndose con la “autorización” del psicoterapeuta la satisfacción de necesidades inhibidas durante mucho tiempo.

Tener el sentimiento de haber conquistado más autonomía a través de decisiones deliberadas, voluntarias, reconocidas como tuyas (y no de su entorno más cercano), hace que esté satisfecho consigo mismo, fomentando un egotismo en ocasiones exasperante. Así, mantiene su posición frente a las peticiones de su pareja, toma su lugar en las actividades en las que participa, no se deja manipular por las opiniones de los demás y todo esto contribuye a seguir aumentando su egotismo.

Este planteamiento de Serge Ginger nos recuerda completamente la oración gestáltica de Perls, “*caricaturizada bajo la forma: “¡haz lo que quieras y lástima por los otros!”*”
71

Douglas M. Davidove

“(…) en teoría el egotista supremo sería incapaz de completar algo.”

Para que algo llamado egotismo tenga pertinencia psicológica, es necesario que exista como capacidad “orgánica”. Cuando el entorno es demasiado agresivo o amenazante (poniendo en peligro la supervivencia del organismo), podemos reconocer la necesidad

⁷⁰ GINGER, S. *La Gestalt. Una terapia de contacto*. Manual Moderno. 1996. P. 161

⁷¹ Idem, id. P. 161

de autoprotección de este. En este punto el egotismo tomaría el control del *self* con el fin de proteger al organismo. Si esta capacidad “orgánica” la traducimos al lenguaje psicológico, el egotismo sería una facultad “normal” para preservarnos en un entorno hostil. Igual que la introyección se justifica por la interiorización que los individuos tenemos de la cultura, el egotismo se justificaría por la desconfianza antes situaciones novedosas y potencialmente amenazantes.

*“Si queremos hablar de algo que pareciera una causa del egotismo, es necesario incluir al entorno.(...) Cuando el entorno presenta ciertas dificultades u obstáculos, parecería que en el interés de la conservación de la vida un organismo sea o se vuelva consciente de él mismo, que tome precauciones, que se atreva, o haga cualquier otra cosa.”*⁷²

Esta actitud del organismo, va a provocar una interrupción en el completamiento de la secuencia de contacto. Por el contrario, cuando no hay ninguna amenaza, el contacto se producirá de manera espontánea, sin problemas, no habiendo ninguna justificación para retrasarlo (aspecto este que caracteriza al egotismo).

En el egotismo, revestido en ocasiones con apariencia de altruismo, se reconoce el entorno, pero sobre todo intentando pasarse en su control, dominándolo, ignorándolo etc, tanto como pueda, esta es una diferencia fundamental con respecto al egoísmo (utilizado habitualmente como sinónimo). En el egoísmo, sea cual sea la importancia de sí mismo que contenga, hay una exigencia innegable, un reconocimiento orgánico del entorno.

Andree Jacques

Para este autor el egotismo es diferente a los otros mecanismos de pérdida de la función yo, al considerarlo como una Hipertrofia del Yo, frente al resto en el que habría una hipotrofia del Yo e incluso una pérdida del mismo.

⁷² DAVIDOVE,D.M.*Sur l'egotisme et l'ethique*. IFGT Mini-bibliotheque de Gestalt.thérapie 75. 1995
Del original...traducido por Pedro Olmedo para la presente tesis. P. 22

Para él :

*“El egotismo es una disposición del sujeto indispensable para su adaptación creadora en el campo de la existencia. Es debido a esta disposición que el sujeto se vuelve activo, consciente y deliberado, autor de la adaptación y de la creación, centro de configuraciones que aseguren su supervivencia y la cualidad de su existencia personal. Es gracias a un egotismo sano por lo que el sujeto puede decirse y sentirse centro y pivote de su propia vida, en cada uno de los actos donde ejerce su subjetividad”.*⁷³

Aunque establece claramente que los desórdenes del *self* no definen tipologías de personas sino configuraciones del proceso de contacto, al equiparar *self* a sujeto le permite establecer dos tipos (no excluyentes) de sujetos que estarían afectados por el egotismo que son aquellos personas “*congénitamente ardientes e impetuosas*”⁷⁴ que han tratado de mostrarse tal cual en ambientes que no se lo han permitido, teniendo que reprimir estos aspectos de su yo y por lo tanto han ido disminuyendo la manifestación de su espontaneidad y luego aquellos que tienen un yo mal establecido, que necesitan asegurar su límites frente a un entorno que amenaza con invadirlos, que van a la búsqueda constante de su lugar en el mundo y donde la espontaneidad necesaria en el Contacto Final pone en peligro los límites conseguidos con tanto esfuerzo.

El egotismo se convierte en un posicionamiento del sujeto frente al entorno, que es necesario ante la debilidad percibida por él de la imagen que desea proyectar ante los demás de si mismo, es decir, de tener un yo demasiado débil como para permitir relajar las fronteras y abandonarse a la espontaneidad, de modo que esta nueva fase del proceso es ralentizada hasta que a través de un reforzamiento del yo, una hipertrofia del yo, de un aseguramiento de los límites (hasta que las posibilidades del fondo están completamente agotadas), el sujeto se sienta seguro. Pero aquí se inicia el proceso que lleva a la fijación egotista, ya que una vez establecido un yo fuerte y seguro puede ocurrir que se surja el miedo a perderlo. Por una lado está la percepción de un yo débil que necesita ser reforzado (deseo de ganar) y una vez conseguido está el miedo a perder

⁷³ JACQUES,A. .*Capítulo 5 Regulación et dérangement du soi.2 Ajustement et déperdition du moi.* Ed. Traducido por Pedro Olmedo para esta tesis. P. 137

⁷⁴ Idem, id. P. 175

lo que tanto nos ha costado conseguir.

La semejanza entre las personalidades narcisistas y las personalidades egotistas es también objeto de tratamiento por parte de este autor, reconociendo las importantes aportaciones que el estudio del narcisismo por parte de los psicoanalistas puede hacer a la gestaltterapia siempre que se tenga en cuenta que ambos aspectos están tratados a niveles diferentes. En el caso de la Gestalterapia el egotismo es un “*posicionamiento del sujeto en tanto que “yo” en el seno del campo donde evoluciona*”⁷⁵. Se trata de un mecanismo que se desarrolla en el aquí y ahora del encuentro paciente-terapeuta y no tanto de una instancia psíquica asociada a lo inconsciente.

Para él es importante el establecimiento de una clínica bien establecida del egotismo, ya que la Terapia *Gestalt* consiste de alguna manera en establecer en el cliente su capacidad de funcionar en términos del Yo, y advierte, de que en ocasiones paciente y terapeuta están de acuerdo en abandonar la terapia cuando se ha adquirido esta “capacidad”, lo cual es claramente un error.

Margherita Sapagnuolo Lobb

En su artículo “el apoyo específico en las interrupciones del contacto” nos aporta elementos prácticos clave a la hora de enfrentarnos a esta (y las demás) interrupciones del contacto.

Así nos dice que en la relación entre terapeuta y paciente el egotismo se observa con frecuencia en determinadas formas de cambio que no llegan, a pesar de que el terapeuta está convencido de que se está haciendo un trabajo óptimo durante la sesión (y se viene realizando un trabajo óptimo durante todo el proceso terapéutico). Sería, nos dice, el caso de los pacientes perfectos que no cambian, a pesar de que aparentemente colaboran en todo lo que el terapeuta les propone y “se dejan ir” hasta un cierto punto en la experiencia de contacto.

⁷⁵ JACQUES,A. .*Capítulo 5 Regulación et dérangement du soi.2 Ajustement et déperdition du moi*. Ed. Traducido por Pedro Olmedo para esta tesis. P. 176

Así pues, el objetivo terapéutico en este momento sería restaurar una cierta espontaneidad en la experiencia de contacto.

En cuanto a las técnicas a utilizar estarían la de apoyar la experiencia de las sensaciones y de los aprendizajes que surgen al final de la sesión o inmediatamente fuera del despacho de la terapia. El terapeuta debe hacer consciente al paciente del modo precoz con que cierra el contacto, invitarlo a permanecer en la experiencia de contacto, plantearle preguntas sobre lo que ha aprendido durante la sesión. Técnicas específicas serían las “tareas para casa”.

El proceso terapéutico pasaría por recuperar, reactivar la función personalidad del *self* para que el paciente sea plenamente consciente del lugar que ocupa en el mundo.

5.- El egotismo a lo largo del ciclo de contacto

precontacto

En estos primeros momentos del contacto el egotismo podría aparecer como un mecanismo necesario que invita a la precaución. Podría ser un momento saludable en que uno decide, de forma consciente, que aún no es el momento, que necesita un poco más de tiempo para poder confiar, para poder abandonarse al contacto con un otro con las suficientes garantías de que este no va a hacerme daño, que va a estar ahí a pesar de todo esto que yo soy. Antes de mostrarme.

“(…) El egotismo normal se manifiesta por el retraimiento, el escepticismo, la distancia, la lentitud, pero no rechaza el compromiso”⁷⁶.

Como ejemplo, una clienta que cuando viene a la tercera visita nos dice: “tenemos que espaciar las sesiones porque tras el último día me he sentido totalmente desnuda ante ti, y de momento esto es algo que no puedo soportar”. La cliente no propone abandonar la terapia, continúa con su compromiso, pero ralentizando el proceso.

El egotista, en esta primera fase viene ya con una figura aparentemente clara, sabe cuál es su problema, dónde buscar, por dónde empezar, incluso puede proponernos soluciones fruto de sus reflexiones, de otras terapias que ha realizado, de libros que ha leído generalmente con profusión, con lo cual las preguntas que pueden venir a la mente del terapeuta son: “entonces ¿para qué viene?”, “¿qué necesita de mí?” o “¿cómo puedo ayudar yo a alguien que sabe lo que le pasa, por qué le pasa lo que le pasa y cómo solucionarlo?”. Con esta actitud, el cliente puede desanimar al terapeuta a rastrear y buscar en el fondo, a remover estos cimientos aparentemente tan sólidamente contruidos y consecuentemente ha quedarse con la primera figura que el cliente le pone delante.

En un *self* sano en estado de relajación los deseos, intereses se manifiestan de manera espontánea pero difusa, pero en el egotista los deseos surgen con fuerza, claridad desde el inicio, pero este interés, estos deseos no tienen que ver con su relación con el entorno sino con el propio organismo. Nos invita a quedarnos con lo que trae y que él controla, buscando el control de la relación terapéutica.

⁷⁶ PHG. P. 293

El egotismo patológico del terapeuta sería estar en la posición de saber lo que el otro necesita, lo que le sucede, lo que es mejor para él, lo que tiene que hacer para curarse, tener una idea hacia dónde tiene que ir la formación de una figura, incluso tener clara la figura o elegir unilateralmente las figuras de contacto. El egotismo sano del terapeuta implicaría ralentizar el proceso, frenar la formación prematura de una figura sin la suficiente energetización del fondo, proponer ir más despacio, frenar la toma de consciencia para garantizar que es una auténtica *awareness* y no una *consciousness*, ir energetizando la figura de manera sólida, no aceptar la primera figura de contacto que el cliente proponga.

La confluencia y su relación con el egotismo. La confluencia es el mecanismo de interrupción del contacto privilegiado durante la fase de precontacto:

*“la capacidad de confluir es precisamente lo que falla en el egotismo neurótico. En este sentido el egotismo neurótico será la antípoda de la confluencia”*⁷⁷

La confluencia del egotismo nos parece que sería la noción de desconfianza en los primeros momentos del contacto, por ejemplo con el terapeuta, pero también en sus relaciones sociales. El egotista necesita algo por parte del entorno que permita relajar sus fronteras e iniciar el camino de la confluencia. Suele ser un proceso lento en el que el entorno tampoco puede dar más o ir más rápido, es decir, no puede unilateralmente deshacer esa frontera porque el egotista lo vivirá como una invasión, actuando en sentido contrario y fortaleciendo su parte.

*“En el plano neurótico, el egotismo es una especie de confluencia con la consciencia (awareness) deliberada y un esfuerzo por controlar lo incontrolable y lo sorprendente.”*⁷⁸

Ante esta situación el terapeuta debería flexibilizar su postura terapéutica, aceptar como hipótesis la figura propuesta por el cliente, cuestionar sin atacar, por ejemplo: “no

⁷⁷ JACQUES,A. .Capítulo 5 Regulación et dérangement du soi.2 Ajustement et déperdition du moi. Ed. P. 142

⁷⁸ PHG. P. 293

entiendo en lo que yo te puedo ayudar”, “parece que lo tienes todo claro”, o “eso que dices no tiene sentido porque si no, no habrías venido a la terapia”, ya que esto animará al egotista a abandonar la terapia (abandonar primero para evitar ser abandonado) y sobre todo ir reintroduciéndose en el campo de la experiencia del cliente, por ejemplo: “estoy muy interesado/a en saber cómo has llegado a esa conclusión” o “cuál es la parte que no está resuelta y en la que te gustaría que yo te ayudara”.

Lo comentado más arriba nos puede ayudar a entender por qué algunos terapeutas gestálticos tenemos tanto dificultad para trabajar con clientes que lo saben todo, que son conscientes de todo y que tienen algo que decir sobretodo y acabamos “echándolos” (como hemos dicho en varias ocasiones el egotista “busca” de manera no consciente ser abandonado, por lo tanto no es una responsabilidad del terapeuta sino una función del campo). También nos da pistas para iniciar una especie de prevención ya que, a menos que nuestro objetivo terapéutico sea que el paciente se conozca, sepa que puede hacer las cosas solo y fomentar su independencia, el precontacto es el momento donde vamos a poder iniciar la profilaxis del egotismo y para ello el terapeuta como organismo privilegiado en el campo de experiencia terapéutica tiene que ir haciéndose visible a ojos del cliente como un entorno “sano” al que poder contactar. Un terapeuta emocional más que un terapeuta reflexivo (más “me siento conmovido por lo que me dices” y menos “entiendo lo que me dices”).

toma de contacto

En esta fase figura y fondo se nutren mutuamente, para ir definiendo cada vez una figura más nítida, concreta, fuerte y definida; este momento está lleno de excitación que va aumentando a medida que el fondo va retrocediendo.

“(…) el cuerpo-fondo disminuye y las posibilidades ambientales ocupan más sitio; después el fondo se delimita y deliberadamente es apropiado como de uno mismo, y por último, la actitud deliberada se relaja, el sentimiento del yo activo se desvanece y solo queda, momentáneamente, la figura y una sensación de espontaneidad, sobre un fondo vacío”⁷⁹

⁷⁹ PHG. P. 237

Las emociones

“La emoción es la consciencia inmediata e integradora de la relación entre el organismo y el entorno”⁸⁰

La aparición de las emociones nos indica el tránsito de la fase de precontacto a la toma de contacto. El mundo de las emociones es completamente desconocido en el egotista. Así su paso del precontacto a la puesta en contacto se realiza en base a lo que piensa de lo que debería sentir más que en lo que siente. Puesto que las emociones nos dan el conocimiento necesario respecto al entorno para poder percibirlo como propio y así poder orientarnos, crecer etc, en el egotista hay una dificultad manifiesta para realizar el proceso de orientación y manipulación en el campo de la experiencia, para lo cual utiliza únicamente su reflexión, razonamientos, conocimientos etc.

Si la posición egotista nos fija en el fondo conocido por la persona, evitando así la novedad que proporciona el contacto con el entorno, podemos imaginar la dificultad de la persona a ser *aware* de sus emociones, del esfuerzo que realizará en que todo permanezca igual y la emoción no surja. En aquellos casos en los que surgen emociones (llanto, rabia) nos parece que son una manera más como este tipo de personas han aprendido a controlar la situación (yo voy a darte lágrimas porque es lo que tú esperas que yo te de). Esta emoción no llega al terapeuta sino como una rutina más. Son emociones auténticas, genuinas, pero no relevantes para avanzar en el proceso porque siguen haciendo referencia al fondo conocido y controlado por él. No es que el terapeuta en el contacto haya “tocado” algo en el cliente, que la novedad haya sido contactada, sino que es el cliente el que ha llevado al terapeuta a que toque aquello que él quiere, que conoce y que sabe cómo hay que reaccionar.

Durante esta fase:

“ (...) Además, el egotista puede abordar y “resolver” cualquier “problema” concreto que surge en la terapia, compartimentándolo y utilizando todas las funciones-yo dentro de su marco de seguridad, sin implicar el más mínimo sentimiento. Es un estado en el que la consciencia está demasiado elevada, en el

⁸⁰ PHG. P. 232

que nunca va a tener brillantes destellos creativos, pero que es completamente adecuado para las sesiones terapéuticas. Para el self, todo es potencialmente pertinente y novedoso (hay una frontera por todas partes, pero ningún límite a la acción), pero nada es interesante. El individuo está psicológicamente vacío.”

81

Durante la fase de toma en contacto hay un aumento inevitable de la reflexividad (*consciousness*), ya que, excepto de los aspectos más biológicos del organismo del resto, necesidades, intereses, deseos llegamos a ser *aware* por la vía de la reflexión, de modo de hay un cierto riesgo de fijar uno sólo de estos aspectos.

El egotismo sano sería el fortalecimiento de las fronteras del yo en aquellas personas que han sido muy invadidas, donde sus fronteras han desaparecidos ante un entorno invasor y agresor que ha generado en ellas una gran dependencia. Estamos pensando por ejemplo en las mujeres maltratadas, donde desde el primer momento hay que tomar puntualmente el control (por parte del terapeuta) para conseguir incluso la supervivencia física. Las decisiones que es imperioso que tomen son propuestas unilateralmente por el entorno terapéutico y al margen del entorno vital, por ejemplo “haz aquello que sea mejor para ti sin pensar en tus padres, en los vecinos, en tus hijos, en tu marido”.

Otro aspecto positivo, desde una perspectiva evolutiva, sería la de considerarla una fase necesaria pero llamada a ser pasajera, donde hay una búsqueda de independencia, de ser diferente, de tener ideas propias, como si el entorno no tuviera nada que ver en ello. Sería lo más cercano al paso de la adolescencia a la edad adulta donde aparentemente, y sólo aparentemente, eres independiente.

El egotismo del terapeuta sería elegir por él en cada una de las decisiones que tenga que tomar o, de manera más sutil, encaminar todo el trabajo terapéutico para que el cliente acabe decidiendo aquello que el terapeuta considera que es mejor, más saludable, más ajustado etc. Un egotismo sano por parte de un terapeuta responsable sería el que hemos identificado en el caso de las mujeres maltratadas. Como vemos, lo que nosotros

⁸¹ PHG. P. 302

denominamos egotismo, desde otros enfoques como la terapia cognitivo-conductual lo denominan objetivo terapéutico.

Lo recomendable sería que el terapeuta ralentice el proceso de toma de decisiones, verificando un adecuado funcionamiento de la función y por parte del cliente, nosotros en ocasiones hemos des-animado conscientemente a algunos clientes a tomar decisiones de divorcio por ejemplo para garantizar que esa es la figura de contacto. Al mismo tiempo el terapeuta tiene que seguir siendo el entorno privilegiado con el que el cliente contacte, de modo que el terapeuta deberá siempre que lo sienta así mostrar como el cliente le afecta emocionalmente, e ir alternando trabajos de reflexión con trabajos de *awareness*, de respiración o con el cuerpo .

En cuanto a las formas de interrupción del contacto:

“el egotismo de los introyectos es mi concepto de mi mismo” ⁸²

Cuando introyectamos el egotismo, introyectamos toda una función personalidad muy fija y muy rígida. Algunas propuestas terapéuticas y sociales refuerzan este concepto de tener personalidad como ser siempre la misma persona independientemente de las circunstancias cambiantes. Esto desde nuestro punto de vista es una evidente limitación como estamos viendo en estos momentos, por ejemplo a nivel social, donde los cambios vertiginosos que se están produciendo exigen ser en cada momento en función de las circunstancias. Es decir se requiere un *self* fuerte que nos permita reorientar la función personalidad en cada contacto.

La proyección del egotismo supone un sentimiento de desvalimiento, de ser abandonado permanentemente. El entorno se percibe como fuerte, distante, rígido, potente, exigente, autosuficiente, independiente y el organismo como débil, en la búsqueda de contacto, moldeable, impotente, dependiente. El egotista percibe el entorno como injusto, que no reconoce su valía, su capacidad, su esfuerzo.

⁸² PHG. P. 295

La retroflexión del egotismo. Contacto con una parte de si mismo como si fuera el entorno. Nota sensaciones en su cuerpo y se pregunta así mismo como si fuera un otro el que le va a dar la respuesta, ¿Que significa esta sensación? ¿De que te estás dando cuenta? ¿Como es tu respiración? Me he analizado y me he dado cuenta de... Pero las respuestas no le satisfacen, manteniéndose fijado aquí.

Contacto final

El egotismo, como hemos visto, se encuentra en todas las fases del contacto pero sólo es verdaderamente neurótico en el contacto final.

“El contacto final es la meta de la toma de contacto (pero no es su “fin” funcional, que consiste en la asimilación y el crecimiento). En el contacto final, el self está inmediata y completamente comprometido en la figura que ha descubierto-e-inventado.” ⁸³

En esta fase el egotista actúa como si efectivamente hubiera descubierto-inventado esa figura. Pero en realidad, esa figura que ha descubierto e inventado, ya la conocía y no es más que un ligero retoque sobre lo ya conocido. Así pues tomará contacto con eso que él ya sabe, que ya conoce, que controla.

“Pero solamente es en el contacto final cuando se es espontáneo y se está absorbido, cuando estas funciones pasan todas a primer plano y son la figura. Se es, así, consciente de la unidad. Esto es: el self (que no es otra cosa que el contacto) llega a sentirse a sí mismo. Y lo que siente es la interacción del organismo y del entorno” ⁸⁴

En este punto el yo se toma por el *self*, corriéndose el riesgo en el trabajo terapéutico de reforzarlo, agrandarlo, vanagloriando al yo en detrimento del *self*. En estos momentos el terapeuta corre el riesgo de apoyar al organismo en lugar de apoyar la formación de la figura (al *self*). Se trataría en un aspecto más funcional de apoyar al cliente en una situación de crisis en la que hay que tomar decisiones, por ejemplo todas aquellas situaciones de apoyo psicológico, que no psicoterapéutico, donde por ejemplo ante el

⁸³ PHG. P. 243

⁸⁴ Idem, id. P. 245

diagnóstico de una enfermedad grave, degenerativa, que no tiene tratamiento se apoya de manera puntual al cliente para afrontar los cambios que esta le supone en su día a día, animándolo a normalizar su vida, a vivir el presente, a tomar decisiones, etc.

*“La ansiedad de la confluencia venidera en el contacto final. La interrupción de la secuencia de contacto puede producirse justo antes del contacto final, a causa de una angustia de la creación de confluencia que resultaría después. Este fenómeno se observa sobretodo en las perturbaciones narcisistas de la experiencia o, de una manera más amplia, en las perturbaciones de la experiencia de la intimidad de origen precoz. La experiencia de disolución momentánea de la “frontera” que se produce en el contacto final venidero es fuente de angustia. Implica un soltar la presa, un retorno al modo espontáneo, una relajación del dominio. La interrupción se hará por fijación en un modo egotista o retroflexivo. La persona necesitará permanentemente que se fijen en ella, que la pongan por lo alto, fuera de lo común. Necesitará controlar cada situación. En la situación terapéutica, al terapeuta le costará trabajo emitir una idea (el paciente ya lo había pensado o ya la sabía) o señalar cualquier cosa. La relación fácilmente podría adoptar las formas de verdugo/víctima, sin razón/razón, más fuerte/ menos fuerte, en total una relación de poder de lucha por el dominio. A no poder asimilar nuevas experiencias a pesar de todos los esfuerzos que le han llevado tan cerca de la meta, el paciente suele sentir vacío y soledad dolorosa. Es aquí que el fondo común del terapeuta y del cliente tendrá que ser movilizado para un apoyo pertinente en este arriesgarse fundamental que constituye esta situación de urgencia de fuerte intensidad del contacto final”*⁸⁵

El egotismo del terapeuta le puede llevar a creer que la terapia ha llegado a su final, que el cliente ya sabe, está preparado, es fuerte, que su trabajo ha concluido de manera exitosa, cuando en realidad aún está en sus comienzos.

⁸⁵ ROBINE, J.M. *Contacto y relación en psicoterapia*. Cuatro Vientos. 1999. Pp. 112-113

postcontacto

*“El resultado del contacto (excepto en la aniquilación) es el crecimiento conseguido. Este proceso es no consciente, y sus detalles pertenecen a la fisiología, en tanto en cuanto puedan ser totalmente comprendidos”*⁸⁶

La fijación egotista impide el paso a esta etapa y la secuencia de contacto quedaría inacabada. La experiencia interrumpida del egotista se traduce en la compulsión, se transforma en un ser controlador de sus emociones, donde hay mucha acción pero a partir de un deseo, un interés muy débil. El *self* se encuentra muy disminuido y hay poca espontaneidad.

El papel que desempeñaría el egotismo en relación a la función personalidad del *self*, sería el constituirse en el último mecanismo para garantizar la permanencia de MI personalidad. El *quién soy* construido a lo largo de mi vida corre peligro ante el necesario ajuste creativo que el *self* debe realizar ante un entorno en continuo cambio, que requiere constantes ajustes creativos. El egotismo trata de evitar el miedo crónico a perder(me) lo que siempre he sido y puedo dejar de ser, sin que se vislumbre la posibilidad de una actualización de la función personalidad. El egotismo garantiza MI sensación de permanencia.

*“La Personalidad es el sistema de actitudes asumido en las relaciones interpersonales, es la asunción de lo que uno es y lo que sirve de base a partir de la cual se podría explicar el propio comportamiento si se nos pidiera una explicación así. (...), la Personalidad es una especie de entramado de actitudes con el que se comprende uno a sí mismo y que se puede utilizar para cualquier tipo de comportamiento interpersonal”*⁸⁷

El egotista se entiende, se comprende, se conoce, puede explicar sus comportamientos, es una persona “con personalidad”, con carácter. Pero es un ser separado de un entorno que sólo es utilizado en su propio beneficio.

⁸⁶ PHG. P. 249

⁸⁷ Idem, id. P. 200

La necesidad de reforzar los propios límites con el fin de establecer una función personalidad fuerte, definida, clara, de quién quiero llegar a ser sería el aspecto “sano” del egotismo. Recurrir con frecuencia a este mecanismo cuando la situación (el entorno) ya no lo requeriría o no ser consciente de que se está con frecuencia en esta posición sería neurótico.

En el egotista la compulsión se manifiesta en la búsqueda constante de información de su interés, en la realización de cursos, en la lectura, en la realización de terapias pero se pierde y la búsqueda se convierte en el objetivo y por lo tanto cualquier aprendizaje obtenido no es asimilado y por tanto no nutre al *self*.

Puesto que en el postcontacto se produce la confluencia sana, el egotista encuentra un ajuste creativo para completar el ciclo de contacto: busca una persona (terapeuta, pareja, amigos) que tienda a la confluencia, de modo que él no tendrá que realizar ningún esfuerzo, no tendrá que relajar sus fronteras, no correrá el peligro de ser abandonado y será la otra persona la que se adapte a él y puesto que puede que sea confluente con su propio egotismo, pensará que es él el que más hace por la relación, el que más cede, el que más da.

6. - Casos Prácticos

CASO N° 1 :

El necesario egotismo en el precontacto

Terapeuta: Nieves

María es una mujer de 50 años en estos momentos. Cuando iniciamos nuestros primeros contactos tenía 44, estaba soltera, trabajaba como limpiadora. Acude a consulta tras conocernos en una sesión de fin de semana de terapia de la risa. El motivo de consulta es que está cansada de no lograr tener una pareja estable, tuvo dos relaciones muy breves cuando era jovencita con hombres que la acabaron dejando y se plantea, después de mucho reflexionar, que quizás ella pueda estar haciendo algo que impida que estas relaciones lleguen a buen fin a pesar de sus deseos. Por otro lado es asmática, ha leído en muchos sitios que el asma que ella tiene está relacionada con causas emocionales, más que fisiológicas. Está cansada de su asma y le gustaría que desapareciera.

Comenzamos a vernos de forma semanal, y de manera muy rápida, ahora me doy cuenta de esto tras los años de terapia con ella, aparece la historia de su familia de origen. Nació siendo muy mayores sus padres. Siempre ha vivido en la misma casa junto con la hermana de la madre y su marido (sin hijos, aparentemente porque el no podía), y la abuela materna. En el momento en que nos conocimos vivía sola (pues todos sus familiares habían muerto hacía ocho años) en esta casa familiar, que estaba intacta, tal cual como cuando todos vivían: los mismos muebles, los armarios llenos de la ropa de los muertos, ventanas y puertas cerradas. Ella dormía en la misma habitación desde que celebró la primera comunión. Ella se había hecho cargo del cuidado de toda su familia hasta que falleció el último de sus componentes.

Una mujer en confluencia total con sus introyectos, que son los que mueven y alrededor de los cuales se organiza su vida, hasta el punto de estar viviendo como una fantasma, en una casa llena de fantasmas, sola y sin espacio para ella, por estar ocupado por los que ya no están.

Tras las tres primeras sesiones semanales en las que toda esta información surge de manera fluida y espontánea, como si ya hubiera estado previamente “dándole muchas

vueltas” plantea que, tras el último día, se sintió desnuda ante mi, debido a que al verbalizar y escuchar su historia se daba cuenta de todo lo que tendría que hacer, podría hacer, pero no está preparada para hacer, por lo que necesita tener más tiempo entre sesiones para ir digiriéndolo poco a poco. Propone vernos una vez al mes.

En este momento su egotismo se pone en marcha para poder mantener el compromiso terapéutico pero ralentizando el proceso de tal forma que sea tolerable para ella. Yo acepto la propuesta, pero con muchas reservas que comparto con ella, acerca de la pertinencia de esto, de si esta forma de encontrarnos va a facilitar o dificultar el trabajo terapéutico.

Con el paso de los años ella ha mantenido su compromiso con las sesiones. He podido comprobar como ha realizado un enorme trabajo ella “sola” en casa, cuyos resultados compartía conmigo en cada encuentro. Ha sido un trabajo que ha ido en todo momento al ritmo que María ha marcado, con épocas de vernos de forma quincenal (tras la última sesión comenta: “estoy contenta de venir cada dos semanas, esto marcha bien”), otras mensual, y en la actualidad tras siete años, cada dos meses.

Hoy día su casa es el reflejo del trabajo realizado, se ha desecho de todos los muebles, ropa, enseres de los muertos, ha comprado muebles nuevos, ha roto sus juguetes guardados sin utilizar, dado su ropa que desde bebe estaba almacenada, ha cambiado su habitación por una de matrimonio y se ha trasladado a la más grande y luminosa, ha abierto puertas y ventanas, ha quitado las fotos en blanco y negro que llenaban las paredes de su casa. Ha tenido varias relaciones con hombres diferentes, siendo ella la que en muchas ocasiones ha terminado por no sentirse bien, ha mantenido sus primeras relaciones sexuales y de forma paradójica realizó un álbum fotográfico con un profesional donde se mostraba desnuda, en poses sensuales y con la primera persona que lo compartió fue conmigo.

Tras estos años vemos que hemos hecho un buen trabajo, rastrillando el fondo, desmontando introyectos, trabajando proyecciones y retroflexiones, todo ello desde esa posición egotista que ella ha ido marcando. Ahora pienso que hizo muy bien proponiéndomelo y que yo en aquel momento tuve la “debilidad” de aceptar su propuesta, ya que desde la ortodoxia de la que venimos más allá de una sesión cada

quince días parecía que poco trabajo se puede hacer. Su firmeza en la propuesta de ralentizar el proceso y mi “debilidad” para aceptar algo en lo que tenía dudas (superación de mi egotismo terapéutico) favoreció el proceso de contacto.

En este trabajo de precontacto y puesta en contacto lo que ella ha puesto de manifiesto es la importancia de mi presencia en el campo, de que ella veía como yo era afectada por ella, como he llorado con ella, me he alegrado con ella, he disfrutado de sus cambios y como ella ha estado para mi, cómo yo la he visto, como yo la he reconocido. Ahora me ha dado permiso para que cuente todo lo que quiera de nuestro encuentro.

CASO N° 2:

Las apariencias engañan.

De como aparentemente el egotista aprende de la experiencia.

N, sufre una enfermedad degenerativa desde hace 15 años. En el momento en que se desarrolla este relato sufre una crisis respiratoria aguda (agravada por su enfermedad) que le dificulta la respiración. Necesita ayuda mecánica para la extracción de las flemas y dejen al oxígeno. N. Es una mujer muy activa que ha realizado un largo proceso de profundización personal a través de psicoterapia, grupos de encuentro de mujeres, lectura de libros, escuelas de padres, charlas, jornadas conferencias sobre conocimientos personal, crecimiento etc. Así que ella se conoce como nadie, sabe de su cuerpo, de lo que es mejor para ella en cada momento de su vida. Cuando acude al hospital con esta crisis, donde lo que correspondería es abandonarse a la experiencia, a la capacidad de los médicos para curarla, para saber lo que le ocurre, es ella la que los dirige, no acepta sus propuestas y las cosas se tienen que hacer como ella dice, por ejemplo rechaza tumbarse en la cama y prefiere quedarse en su silla, porque allí está mejor, lo que dificulta el trabajo terapéutico, asumiendo un riesgo innecesario en caso de agravamiento de su situación respiratoria. Sólo cuando en una maniobra médica se rompe su silla acepta acostarse en la cama y sólo cuando físicamente no puede más, cuando está a punto de producirse un fracaso respiratorio y se siente (físicamente la sensación era real porque no le estaba entrando aire en sus pulmones) morir, sólo en este momento es cuando deja que el entorno intervenga a su manera, que pase a controlar la situación. Se produce un abandono forzado a la experiencia de contacto.

La intervención terapéutica fue entre otras la necesidad de ventilación mecánica no invasiva (mascarilla para poder respirar) y una nueva situación viene a requerir el abandono a la experiencia y un nuevo pulso con el entorno en la búsqueda de control.

No la soporta, según ella respira peor con ella que sin ella, la ansiedad la invade, aunque la prescripción terapéutica requiere un uso continuado progresivo hasta unas ocho o diez horas diarias, no la soporta más de 15 minutos, pide que se la quiten rápidamente, nadie sabe como ella qué es lo que necesita, los médicos no escuchan a los pacientes. Mientras tanto su situación empeora. Sus familiares más directos acceden a sus peticiones, pero se requiere una intervención enérgica por parte del entorno “por su propio bien”. Un día el médico le coloca la mascarilla. A los pocos minutos reclama que se la retiren. El médico lejos de arredrarse por su desesperación, con energía pero con cariño pone su mano encima de la mascarilla y le dice que no se la va a quitar, está con ella durante media hora. Se acaba durmiendo. Ese día consigue tenerla puesta durante dos horas, mientras duerme.

Estas situaciones en las que sólo el límite de la fortaleza física o la intervención enérgica del entorno permiten a N. Abandonarse ser repiten una y otra vez. Nada absolutamente es integrado.

Su lema favorito es “viviendo y aprendiendo”

CASO N° 3:

El aumento de la actividad deliberada

Terapeuta: Nieves

D. tiene 27 años, viene a consulta acompañado por su padre, entran los dos y es el padre el que toma la iniciativa diciendo que su hijo es tartamudo y que esto le hace sufrir mucho y que él lo ha acompañado hoy para poder hablar y contarme y ayudar a su hijo si lo necesitaba. Comenta el gran sufrimiento de su hijo y su progresivo aislamiento por este motivo.

Ha estado con muchos profesionales desde los cinco años: psicólogos con diferentes enfoques y tres logopedas, tratamientos diferentes, todos centrados en su tartamudez

“para nada”, según él. D. me comenta que el último tratamiento supuso un gran esfuerzo de un año “para nada” y me deja claro que no está dispuesto a hacer esfuerzos si no hay resultados.

Su discurso, que se repite una y otra vez durante las sesiones es: yo ya se lo que tengo, conozco la tartamudez, he leído mucho y buscado toda la información sobre ella, conozco todos los ejercicios y los practico con frecuencia, un día me trae un libro sobre el tema que explica muy bien lo que le pasa, esto me permitirá entenderlo mejor. En cada sesión surgen sus dudas sobre si esto servirá para algo, si este esfuerzo que realiza llevará a algún resultado. Recuerdo mis esfuerzos (de la terapeuta) durante mucho tiempo explicándole lo que podríamos hacer y lo que no, sintiéndome obligada a explicarle el sentido de cada una de mis intervenciones cuando se alejaban del tema de la tartamudez (“pero ¿de qué sirve que te hable de mi familia?” decía por ejemplo) y mi duda sesión tras sesión de si sería la última. Nos vimos durante un año, al principio de forma semanal y luego quincenalmente.

Sus frases habituales eran del tipo: “Yo se lo que me pasa”, “Yo soy tartamudo y se que lo seré toda la vida, esto no se va a ir”, “Yo conozco muy bien mi historia, nunca cambiaré nada”, “Yo soy así y esto no cambiaré”.

No entendía para qué servía compartir conmigo “mis miserias”, ¿qué vas a pensar de mi?, ¿que imagen tendrías de mi?. La sensación fue siempre de lucha. Tras un año, en la que fue nuestra última sesión, por primera vez tuve la sensación al terminar de que había habido un momento de intimidad, me dejó ver sus sentimientos respecto a mi y a nuestros encuentros. Se produjo un cambio de su tono de voz, pasó de hablar en alto, como agrediendo a ser más suave y dulce, disminuyó la velocidad del habla (hablaba muy rápido para que se notara menos la tartamudez) y me miró más a los ojos. En esos momentos creo que pudo ir más allá de su estilo egotista y pudo verme y yo pude verle no como la imagen que siempre representaba “el tartamudo”, sino como D.

CASO N° 4:

El egotismo y la conquista de la voluntad

Terapeuta Nieves

Los alcohólicos rehabilitados, en muchos casos, cuando inician tratamiento lo hacen forzados por el entorno que ya no puede seguir manteniendo el conflicto, la situación de urgencia crónica. El alcohólico no toma una decisión de dejar de beber, sino que se ve forzado por el entorno a hacer algo (fuerzan su voluntad a no beber).

A partir de este momento ellos y su abstinencia se transforman en el centro, alrededor de ellos va a girar y organizarse todo su entorno, ellos serán la medida de todas las cosas.

Si mantienen su abstinencia (victoria) el problema de la adicción ha desaparecido. Pero los que trabajamos con alcohólicos y sus familias sabemos que en este momento es cuando realmente se puede comenzar el trabajo psicoterapéutico que llevará a una exploración del fondo, a poner posiblemente de manifiesto conflictos no resueltos, emociones mal gestionadas, que llevarán a la solución de la adicción y no a la victoria momentánea (no beber). Comienza el trabajo psicoterapéutico con el exalcohólico para que la victoria (no beber) se transforme en una decisión consciente, movilizar el fondo para que surja la novedad y el contacto con las necesidades; para que se movilice la función ello y se modifique la función personalidad y a partir de aquí surja una nueva función yo integrada en el *self*.

Pero ante un entorno cambiante y si el exalcohólico se queda fijado en esa posición egotista que le lleva a ponerse como el centro, la medida de todas las cosas, confundiendo la victoria por la solución, lo único que puede hacer es tratar de controlar el entorno para evitar que surja la novedad (qué pasa con mi matrimonio, cuál es la relación con mis hijos, la imagen que tengo de mi, si puedo ser alguien diferente de quien he sido etc), intentar que la realidad se adecue a ellos, seguir manteniendo el control sobre lo incontrolable (emociones nuevas, deseos nuevos, experiencias nuevas) evitando las sorpresas. Una de estas formas de hacer algo para que nada cambie será acudir semanalmente a un grupo para repetir una y otra vez lo mismo, ir a los mismos lugares y con las mismas personas semana tras semana, rechazar cualquier propuesta de

cambio en su entorno (la asociación por ejemplo, con propuestas de nuevos talleres, charlas sobre temas nuevos, nuevos conferenciantes etc).

CASO N° 5:

El egotismo como una fase necesaria de la terapia o terapias orientadas hacia el egotismo

Para algunos enfoques gestálticos el egotismo es algo a evitar y que una “buena” Terapia *Gestáltica* centrada en el campo ayudaría a evitar. Si desde el primer momento hay un nosotros que co-construimos la relación, será difícil la fijación de un yo autónomo, independiente separado de un tú. Sin embargo hay situaciones terapéuticas en las que el egotismo puede ser considerado como una fase imprescindible de la terapia e incluso como un objetivo terapéutico establecido previamente por el terapeuta. De hecho es la única situación en la que tenemos una intervención activa y directiva de manera consciente, en la que tomamos partido: es el caso de las mujeres maltratadas. El objetivo terapéutico viene determinado porque está en juego su supervivencia física y esto se convierte en prioritario para nosotros. Así que apoyamos a la persona en lugar de apoyar a la figura, buscamos que entiendan que son mujeres maltratadas y que los culpables del maltrato son sus maridos o parejas, reforzamos su autoestima, su centrarse en ellas, en lo que quieren independientemente de su entorno (sus hijos, su marido, sus padres, sus suegros, sus vecinos), que ellas pueden, que van a ser fuertes, que saldrán adelante. Lo consideramos imprescindible y necesario.

CASO N° 6:

El egotista siempre tiene algo que decir sobre todo

Terapeuta: Nieves

P. acude semanalmente a un grupo de alcohólicos rehabilitados, su terapeuta, tras dos años de grupo, no le ha oído decir que sea alcohólico (aunque estuvo en un programa de tratamiento en una Unidad de Conductas Adictivas, durante dos años) su actitud en estos grupos es la de “yo estoy bien ya” “a mi no me pasa nada” “no tengo ningún problema” , “estáis siempre con lo mismo”, “no cambiáis porque no queréis”.

Él nunca habla de él, de su experiencia, de sus problemas, de sus emociones pero siempre interviene hacia los demás, siempre tiene algo que decir hacia los que hablan diciéndoles: “lo que tú tienes que hacer”, “lo mejor para ti es”, “si yo fuera tu lo que haría sería”. A pesar de decir sobre todo, en ningún momento se implica él en las propuestas, la posibilidad de confluencia sana con el entorno nunca se produce. Nos llama la atención dos intervenciones en las que ha propuesto soluciones a los problemas de los demás y en una de ellas (la otra ha sido neutralizada por la terapeuta) después de generar ilusión y esperanza en el otro, lo frustró, pero sin ser él el responsable.

CASO N° 7:

“Tú eres tú y yo soy yo”, o la insolidaridad

En nuestras últimas vacaciones de verano fuimos a la India y allí nos encontramos con una pareja joven, imaginamos que estaban casados y que nos han proporcionado pequeñas fotografías egotista que queremos exponer:

Dos cuentas diferentes. Cada uno llevaba su dinero y cuando había que pagar cada uno ponía la mitad. Si en algún momento uno de ellos pagaba la totalidad luego le recordaba al otro este hecho y que tenía que devolverle la parte correspondiente. (En ocasiones nos hemos encontrado variaciones de esta situación: Una pareja recién formada, cada uno tiene una cuenta económica individual y luego una común. Cada uno hace con el dinero de su cuenta lo que quiere sin tener que darle explicaciones al otro)

La desconfianza hacia el guía. Pasaron una parte del tiempo comparando las visitas que hacíamos con las que ellos habían contratado en el viaje. Esto que en apariencia es legítimo (recibir por lo que uno paga), se convirtió en una auténtica fiscalización y recordatorio agresivo cada vez que ellos pensaban que se había omitido alguna. En lugar de disfrutar de lo que se íbamos viendo estaban pendientes de lo que faltaba. Cuando íbamos a las visitas programadas, siempre faltaba algo más que ver, siempre faltaba algo más de tiempo, este nunca era suficiente. Tenían poco en cuenta que éramos un grupo, un horario que cumplir y que satisfacerlos a ellos suponía desprestigiar al grupo. Cada uno llevaba su propia cámara fotográfica y competían en la búsqueda de la mejor fotografía y a ser posible que fuera única, la mejor, la que nadie del grupo hubiera hecho.

Cuando dejaban tiempo libre en cada visita su disfrute verbalizado al grupo consistía en buscar aquello que nadie encontraría, rincones que nadie visitaría, sitios a los que nadie más que ellos iríamos y que por supuesto eran los más bonitos porque no eran las rutas comerciales donde íbamos todos los turistas. En general no se molestaban demasiado en escuchar al guía en sus explicaciones del que se quejaban constantemente por ser muy escuetas y que no se ajustaban a lo que decía su guía y las notas que habían preparado. Había una frustración constante.

La insolidaridad. Un día hacíamos una visita por el río Ganges, comenzó a llover y ni Nieves ni yo habíamos llevado nada para protegernos de la lluvia. Una pareja nos ofreció espacio para uno debajo de un pequeño paraguas, otro paraguas estaba ocupado por otras tres personas. La pareja sacó un chubasquero cada uno y un paraguas cada uno. Mientras tanto Nieves se mojaba con mucha dignidad.

CASO N° 8:

La comodidad de estar en el egotismo

Terapeuta: Pedro

M. está en un grupo de trabajo con otras mujeres. Se reúnen una vez al mes. Mi sensación es que esta persona habla para contarnos lo fuerte que es y lo bien que está a pesar de las circunstancias tan duras en las que vive. Cuenta que está tomando decisiones en relación a su hija y que necesita fuerzas para mantenerse en esas decisiones cuando su hija le plantea las cuestiones difíciles: que venga nuevamente a pedirle dinero y la vuelva a sacar de algún apuro económico. Le pregunto si tiene miedo de que cuando venga a pedirle dinero, puede que se lo vuelva a prestar. Me dice que no. Le digo si su hija ha intentado volver a pedirle dinero. Me dice que no, que desde hace nueve meses que tomó esta decisión no le ha vuelto a pedir dinero. No entiendo nada, parecía que estaba pidiendo algo al grupo, pero luego parece que lo tenía todo controlado. Le pregunto qué tipo de fuerzas quiere obtener del grupo. Dice que nada, que sólo quería comentarlo. Le pregunto si eso es solamente lo que quería hacer o quiere que profundicemos. Dice que no, que está en el proceso de resolverlo, que está fuerte y que sabe que no va a ceder. Simplemente quería contarle, repite, para dejar zanjada la cuestión. Le comento que me ha parecido, que ha empezado exponiendo

algo al grupo y que luego se ha retirado un poco. A partir de ese momento se dedica a hablar de su experiencia, para dar consejos y para preguntar a las demás participantes.

Aquí se detiene el proceso.

CASO N° 9:

El riesgo de la fijación egotista

Terapeuta: Pedro

Ayer (25/7/2007), volviendo a casa Pedro me comentaba el caso de T., una mujer con la que durante un tiempo ha realizado su trabajo terapéutico, que se han trabajado introyecciones, proyecciones, retroflexiones, que es consciente de lo que está pasando, cual sería su deseo, que querría hacer y que podríamos, siguiendo a Paul Goodman presuponer que se ha hecho una buena Terapia Gestalt y que los fondos están lo suficientemente preparados para el contacto final y sin embargo la sensación es de que falta algo para que ella no haga aquello que tiene que hacer.

Pensamos que algo parecido nos pasaba a nosotros con el tema de la tesis. Tenemos el tema, tenemos los casos, están las reflexiones, está el deseo de poder cerrar nuestra formación con la obtención de la certificación pendiente desde el 2000 ¿Qué falta pues para dar el salto?. Quizás lo que a mi cliente: que alguien en quien confiamos, que sabe de nosotros, que nos apoya, alguien que se arriesgue con nosotros (para aprender a correr riesgos) te diga : “ haz lo que tengas que hacer”, que luego yo seguiré estando aquí, hazlo porque los dos sabemos que estás lista para ello a pesar del miedo, de la incertidumbre.

CASO N° 10:

Más allá del egotismo, el paso al postcontacto

Terapeuta: Nieves

Y esto me recuerda a otra paciente L., con ella he trabajado de forma continua durante cuatro años. A lo largo de este tiempo hemos desmontado muchos introyectos, muchas retroflexiones y proyecciones. Ha habido muchos cambios y hemos tomado muchas decisiones.

Tras la despedida la puerta abierta para cuando necesita algo de mi y recordándole que saber lo que uno necesita en un momento y pedirlo no es signo de debilidad sino de fortaleza y claridad, esto no es que algo ha fracasado sino un reconocerme en mis necesidades y buscar como satisfacerlas. Después de la despedida, durante los tres años siguientes L. ha vuelto en cuatro ocasiones, en las cuales hemos recordado entre las dos todo eso que ella ya sabe pero para lo que necesita apoyo porque en su medio no lo tiene y eso la lleva a dudar de lo que ella ya sabe que es lo mejor para ella. Cuando viene lo hace para volver a confluir sanamente con alguien que la conoce y ha sido testigo de su historia y que la anima a continuar en su camino porque las dos saben que es este el elegido a pesar de las dificultades y dudas que surgen continuamente.

CASO N° 11:

De la confluencia al egotismo

Terapeuta: Nieves

En nuestra segunda sesión MT realiza un despliegue de muchas cuestiones que han ido pasando a lo largo de su vida y que le han influido.

El motivo de su sufrimiento en estos momentos es que hay dos chicos que quieren tener una relación con ella (su ex-pareja, y un amigo). Tiene dificultad para elegir entre ellos. Tampoco entiende algo que le ha ocurrido con frecuencia en su vida, empieza una relación de amistad con alguna persona y cuando va habiendo más confianza y el otro o la otra quiere ir un poco más allá, quiere aumentar el compromiso, ella duda, y la otra persona se cansa y se va, desaparece. Cuando alguien a quien quiero se acerca demasiado, todo se estropea, el otro desaparece, me abandona y yo me quedo sola.

Su padre se fue un día a trabajar y murió de un infarto cuando ella tenía 8 años. Durante tres años estuvo esperando que regresara.

En su experiencia vital hay dos experiencias una relacionada con el egotismo y otra con la confluencia, que en ambos casos le lleva a un no elegir, no decidir, un no darse al otro y que este desaparezca confirmando así sus peores temores de soledad y abandono.

Desde que su padre muere, ella pasa a dormir con la madre en la habitación y en la cama de matrimonio hasta que ella cumple los 26 años. “Mi madre ha sabido todo de mi: mis miedos, mis tristezas, mis alegrías, mis relaciones, toda mi intimidad. En el otro extremo “cuando quiero a alguien mucho y está muy cerca corro peligro y tengo miedo de ser abandonada , no me dejo llevar por mis deseos y emociones, pongo dificultades y obstáculos para no implicarme de forma íntima, les doy poco para que así no se vayan; aunque al final es esto lo que sucede” me dice.

CASO N° 12:

La persona que vive conmigo

Terapeuta: Pedro

Isadore From nos hace notar la ansiedad que se genera ante cualquier situación que implique un” nosotros” y como puede ser puesta al descubierto incluso en el lenguaje.

M. es una mujer de 45 años, casada y con un hijo de 3. Ha tomado la difícil decisión de separarse de su marido, después de varios años de luchar por refloatar la relación. Acude a terapia remitida por una conocida nuestra y en principio le da lo mismo que la atendamos Nieves o Yo, de ambos tiene buenas referencias. Cuando acude lo hace llorando constantemente. Le está resultando difícil la separación aunque es lo que necesita, pero además hay otras figuras que pugnan por salir, la muerte de su madre de un cáncer fulminante, la relación con su hermano...Lo pertinente para el tema que nos ocupa es que un día me doy cuenta de que ella cuando habla de su hijo dice su nombre de pila. Ni una sola vez a partir de entonces en la que estoy más atento la oigo decir MI HIJO. Le digo que me llama la atención que se refiera a su hijo de esta manera. Su respuesta es que su hijo un día tendrá que volar y que no quiere que se quede pegado a ella, quiere que sea independiente . Trabajamos un poco más sobre esta cuestión y toma conciencia de que a su marido también lo llama por su nombre, ni una sola vez lo nombra como *mi marido*, incluso recuerda que una pareja que tuvo antes de conocer a su marido, se refería a él *como la persona que vive conmigo*.

CASO N° 13:

Vivir para aprender y crecer

P. es una mujer separada con tres hijos a su cargo. Tiene que trabajar mucho para poder sacarlos adelante. Ha pasado periodos duros, en los que ha sufrido un accidente y no ha podido trabajar o cuando se quedó embarazada de su tercer hijo. Algo inesperado. Su discurso actual es que está aprendiendo mucho, que de la gente de los grupos con los que trabaja aprende mucho, que está en un proceso de pararse, y darse cuenta de qué es lo que quiere. Nos llama la atención que “disfruta” con grupos que suponen retos importantes (menores conflictivos, mujeres maltratadas). En cada uno de ellos aprende cosas, descubre cosas, se da cuenta de lo poco que necesita la gente para ser feliz: Un simple abrazo es suficiente para que sean felices, dice, por ejemplo.

Un día P. acude a un grupo de formación. Cuando acaba el día vuelve un poco triste. Se ha dado cuenta de que no deja participar a los demás. Cuando el monitor propone algo y ella ve que nadie se decide, es ella la que toma la iniciativa. Le da rabia que la gente no aproveche estas ocasiones. Cuando sale en un grupo a realizar alguna actividad, se da cuenta de que disfruta tanto y se mete tanto en el papel que no ve ni siquiera a los demás. Arrastra a los demás con sus propuestas, con su iniciativa. Los demás se dejan llevar.

Su trabajo está relacionado con el contacto con personas. Durante las sesiones también habla con sus clientes (alguna especie de psicoterapia, dice). Sin embargo no acaba de entender qué puede hacer un psicólogo por ella. En algún momento acudió a un gestaltterapeuta. Pero la psicóloga se quedaba allí callada y era ella la que hablaba. Lo que hacía allí lo puede hacer con un amigo. No obstante lee libros y hace talleres para aprender, para crecer y los imparte y aprende y crece. Libros relacionados con el conocimiento interior. Ha decidido que ella es como es y no tiene por qué cambiar. Quien la quiera que la quiera como es. Ve muy difícil que vuelva a encontrar pareja. No sabe si alguien se adaptará a su manera de ser y a tres hijos.

CASO N° 14:

El egotismo como protección ante el miedo al abandono

Extracto de la película: “El indomable Will Hunting”

Will es un joven que vive en un barrio marginal realizando trabajos de poca capacitación técnica. Es un genio. Domina cualquier materia que se proponga, en especial las matemáticas. Hijo de padre alcohólico y madre maltratada físicamente recibió durante su infancia terribles palizas para evitar que su padre pegara a su madre. Estuvo en varios hogares adoptivos en algunos de los cuales recibió malos tratos físicos. En la actualidad está solo en el mundo, con tres amigos que darían su vida por él como única familia. Will trabaja limpiando en una facultad de matemáticas, donde desde el anonimato resuelve los problemas que el profesor propone como reto a sus alumnos. Un día Will es descubierto. Un día después de una pelea es detenido y acusado de agredir a un policía. Es condenado a pagar una multa a la que no puede hacer frente o a ir a la cárcel. El profesor Dambó inicia una búsqueda del misterioso genio y lo encuentra en la cárcel donde consigue que salga bajo fianza y bajo palabra de dedicarse al estudio de las matemáticas y de que acuda a un terapeuta.

Will es entrevistado por cinco terapeutas, de quienes lo estudia todo y a los que ridiculiza durante las sesiones, provocando que estos lo echen y se nieguen a atenderlo. La última esperanza de Dambó es Son un terapeuta antiguo amigo suyo.

En su primera cita, además de Will y Son lo acompañan el profesor y otro alumno. Son los invita a salir a todos y quedarse a solas con Will. Will lo explora toda, mira observa a su alrededor y va haciendo comentarios irónicos y ofensivos de todo lo que ve.

Primera sesión:

Will: que empiece la cura

(...)

Terapeuta: ¿cómo estás?

T: de qué parte de ...eres

W: me gusta este sitio

T: gracias

W: Ha comprado estos libros al por menor o solicitó un kit que incluyera estos volúmenes

T: te gusta leer

W: si

T: ¿has leído algo de esos?

W: no lo sé

T:¿ y de estos de aquí?

W: probablemente no

T: ¿y esos del estante de arriba?

W: si, esos si

T: bien hecho ¿qué opinas de ellos?

W: no he venido para hacer un jodido comentario de texto. Léalos usted

T: lo hice, los he leído todos

W: debió tirarse mucho tiempo

T: si, en efecto

W: (se levanta y lee el título de un libro)“Los Estados Unidos de América. Historia completa. Volumen 1”. ¡Jesús!. Si quiere leer un libro de historia cojonudo, lea “Historia del pueblo de los Estados Unidos” (...) seguro que se cae de culo.

T: ¿es mejor que el de “Chomsky fabricando acuerdos”?

W: los comecocos me dan mal rollo. Se gastan la pasta en estos putos libros y la mayoría plantean ideas equivocadas.

T: ¿y qué putos libros son los adecuados?

W: los que te ponen los pelos de punta

T: pues a mi no me quedan muchos. ¡Ese cigarrillo te sentaría mejor si te lo metieras por el culo!

(...)

W: (levantándose, dirigiéndose y señalando un cuadro que hay en una estantería). ¿lo pintó usted?

T: si, ¿tú pintas?

W: no

T: ¿esculpes?

W: no

T:¿te gusta el arte, la música?

W: esto es una mierda

T: dame una opinión sincera

W: la mezcla de linealidad e impresionismo hace que sea una composición muy confusa, una copia barata de Winslow Homer, pero usted ha puesto a un blanco a los remos.

T: qué raro, ¿así que Monet no era bueno?

W: pero no es eso lo que me llama la atención

T: ¿qué te llama la atención?

W: el colorido

T: pues eso tiene gracias está pintado por numeración

W: ¿venían indicados?. Pues los colores son fascinantes

T: ¿de verdad, eso crees?

W: por supuesto (mirándolo fijamente) está usted a punto de cortarse la puta oreja como Van Gogh

T: ¿en serio?

W: oh, si

T: ¿crees que debería irme al sur de Francia y hacer que me llamen Vincent?

W: cualquier puerto es bueno en una tormenta. Si, eso es lo que se refleja aquí

T: ¿en qué sentido?

W: estaba en medio de una jodida tormenta, una tormenta enorme, se le cae el cielo encima, las olas sacuden el pequeño bote, los remos a punto de partirse, con los pantalones meados y desesperado por llegar a puerto y salir de ese infierno, y por eso se hizo psicólogo.

T: ¡Bingo!. Eso es, deja que haga mi trabajo. Me lo está impidiendo

W: a lo mejor se casó con la mujer equivocada

T: a lo mejor deberías cerrar la boca. ¡Cuidado con lo que dices, chaval!

W: así que la he pillado. Se casó con la mujer equivocada. ¿Qué pasó?. ¿Le abandonó?.

Si. ¿Se tiraba a otro?.

T: (cogiéndole por el cuello). Si vuelves a faltar al respeto a mi esposa te mato. Acabo contigo, hijo de puta. ¿Entendido chaval?

W: es la hora

T: si

Segunda sesión:

(Will entra en la habitación donde está el terapeuta)

W: ¿usted otra vez, eh?

T: (cogiendo la chaqueta y haciendo ademán de salir) Acompáñame

(Son lleva a Will a un parque y se sientan en el respaldo de un banco mirando a un lago).

W: y esto ¿qué es?, ¿un toque de intimidad entre hombres?. Esto es muy bonito. ¿es que le van los cisnes?. ¿Son como un fetiche?. ¿Quiere que les dediquemos unas sesiones?

T: estuve pensando en lo que me dijiste el otro día sobre mi pintura. Me pasé casi toda la noche pensando y se me ocurrió una idea. Luego caí en un sueño plácido y no volví a pensar en ti. ¿Sabes qué se me ocurrió?.

W: no

T: que eres un crio. Y que en realidad no sabes de lo que hablas

W: vaya, gracias

T: es normal, nunca has salido de Boston...

W: no

T: si te pregunto algo sobre arte, me responderás sobre todos los libros que se han escrito. Miguel Ángel. Lo sabes todo. Vida, obra, aspiraciones políticas, su amistad con el papa, orientación sexual. Pero tú no puedes decirme cómo huele la Capilla Sixtina. Nunca has estado allí y has contemplado su hermoso techo. Si te pregunto sobre las mujeres supongo que me darás una lista sobre tus favoritas. Puede que hayas echado unos cuantos polvos, pero no puedes decirme qué se siente cuando te despiertas junto a una mujer y te invade la felicidad. Eres duro. Si te pregunto por la guerra, probablemente citarás algo de Shakespeare: “!de nuevo en la brecha amigos míos!”, pero no has estado en ninguna, nunca has sostenido a tu mejor amigo en tus brazos esperando tu ayuda mientras exhalaba su último suspiro. Si te pregunto por el amor me citarás un soneto, pero nunca has mirado a una mujer y te has sentido vulnerable, ni te has visto reflejado en sus ojos. No has pensado que Dios ha puesto un ángel en la tierra para ti, para que te rescate de los pozos del infierno. Ni qué se siente al pasar por todo, por el cáncer. No sabes lo que es dormir en el hospital durante dos meses. No sabes lo que significa perder a alguien porque sólo lo sabrás cuando ames a alguien más que a ti mismo. Dudo que te hayas atrevido a amar de ese modo. Te miro y no veo a un hombre inteligente y confiado. Veo a un chaval creído y cagado de miedo. Eres un genio. Eso nadie lo niega Will. Nadie puede comprender lo que pasa en tu interior y sin embargo presumes de saberlo todo de mí porque has visto un cuadro que pinté y rajaste mi vida de arriba abajo. Eres huérfano ¿verdad?. ¿Crees que se lo dura y penosa que ha sido tu vida, cómo te sientes, quién eres porque he leído Oliver Twist?. ¿Un libro basta para

definirte?. Personalmente eso me importa una mierda, porque no puedo aprender ni leer nada de ti en un maldito libro, pero si quieres saber de ti, de quien eres, estaré fascinado. A eso me apunto. Pero no quieres hacerlo. Tienes miedo. Te aterroriza decir lo que sientes. Tú mueves chaval.

Y lo deja solo en el parque.

7. - Conclusiones

“Saliendo del egotismo” ha sido una buena oportunidad para que los dos trabajemos juntos desde nuestras posiciones de contacto. “Saliendo” indica movimiento. Algo que se está empezando a hacer. Es difícil introducir movimiento al concepto egotismo. “Saliendo” indica el principio del fin. El inicio de algo que está terminando.

Ahora que llegamos al final de esta tesis es cuando encontramos pleno sentido a la figura “Saliendo del egotismo”. Hemos encontrado algunas respuestas a nuestras preguntas iniciales.

Al inicio de nuestra tesis nos hacíamos la siguiente pregunta: ¿Es tan poco frecuente esta forma de interrupción del contacto en la clínica como nos parece a nosotros?. Al conocerlo más, tras las lecturas y reflexiones lo hemos descubierto presente en muchos de nuestros casos, en la sociedad, en nuestra propia vida, nuestras familias, hemos visto un egotismo saludable y otro neurótico.

“Saliendo” nos ha permitido descubrir a Paul Goodman. Su egotismo y su superación. Yo (Nieves) me he sentido muy reflejada en el aspecto social del trabajo de Paul Goodman, desde mis inicios como psicoterapeuta *gestalt* he trabajado en contacto con diferentes colectivos sociales que han enriquecido tanto mi vida personal como profesional. A veces la línea entre mi ser profesional y mi ser persona y comprometida con la sociedad ha sido y sigue siendo muy fina. Yo (Pedro), me he identificado con su búsqueda de la perfección, con su insatisfacción permanente y la sensación en muchos momentos de mi vida de no ser aceptado por mi entorno, de no tener un espacio propio que ocupar y en haber encontrado a mi ángel de la guarda, alguien que soporta mis momentos de rigidez mental y los suaviza impidiendo la ruptura del contacto.

Al final hemos descubierto que la elección de este tema no ha sido fruto de la casualidad y que podía tener que ver con nuestra manera de contactar el entorno. Para mi (Pedro) la elección del tema es una elección que tiene que ver con mi propia posición egotista. Escribir sobre un tema sobre el que hay poco escrito, que va a requerir buscar mucho y de esta forma ir postergando el momento de hacer realidad la tesina. Para mi (Nieves) tiene que ver con el otro polo, la confluencia, esto es, mi tendencia a confluir con los deseos del otro de una forma más o menos rápida. Estas reflexiones nos recuerdan los momentos iniciales de esta tesina cuando de forma continua nos venía la idea de

egotismo y confluencia formando parte de un mismo continuo pero en los extremos, el cuestionarnos si esto podría tener algún sentido. Todo tiene sentido si tienes suficiente apoyo.

El egotista ayuda al confluente al recordarle y apoyarle en su poner límites y distancia saludables con los deseos y necesidades de un entorno absorbente e invasivo. El confluente recuerda al egotista y apoya en los acercamientos tras un límite demasiado rígido. “Lluna si no me regalas ahora eso ya no quiero nada de ti. La niña de cinco años intenta explicarle yo te hago otro en otro momento, el egotista sigue firme, no tiene que ser ahora y ese. La niña se pone triste y le dice al egotista ante la tensión generada vamos a hacer las paces. El egotista sigue, que no quiero nada de ti ahora, si no es eso que te digo. La niña desolada se retira a un espacio a solas y a oscuras. La confluente le recuerda al egotista ves y dile algo a Lluna, eres tu el que debe hacerlo ella estaba buscando el acercamiento. El egotista lo hace y se recupera el contacto.

Nos parece que en ocasiones el objetivo terapéutico de muchos gestaltistas es el centramiento en el individuo y no es extraño que se confunda una parte necesaria del trabajo terapéutico en el que durante un tiempo la persona está centrada en ella, en su vida, en su proceso, con el objetivo último. En numerosas ocasiones podemos encontrar que los pacientes llegados a este punto nos verbalizan: “yo ya se lo que me pasa”, “yo se lo que tengo que hacer”.... Deciden que el proceso está terminado y abandonan la terapia. Para algunos profesionales este podría ser el momento de dejarlo pues parece que está todo hecho. El cliente ha pasado del apoyo externo al auto apoyo. Desde la teoría de campo desde la concepción del encuentro terapéutico donde profesional y cliente se dan un tiempo para co-construir juntos parece que podría ser más difícil llegar a este punto egotista, pues el cliente en todo momento tendría la experiencia de un nosotros y que es en el encuentro con el otro donde la creación, el descubrimiento, el crecer es posible. Nosotros por formación y convicción nos adherimos más a esta línea de trabajo.

Esta tesina ha sido posible gracias a que somos dos los que la estamos realizando. Las ideas y las reflexiones han sido puestas en voz en un entorno acogedor que las ha cuestionado y apoyado, propiciando así que la figura fuera enriqueciéndose y tomando forma.

El concepto de postmodernidad nos ha permitido situar socialmente el concepto. El progresivo abandono del individualismo frente al contacto con el otro o los otros. La postmodernidad genera estructuras mentales que permiten con mayor facilidad ver al otro. Hemos abandonado la búsqueda de más “ser” individual, para ir al encuentro de los otros. En ese sentido el egotismo sería el último mecanismo social que nos impediría tomar contacto con el entorno. Si todo está hecho, si todo está terminado, como hemos venido diciendo en nuestra tesis, ya no hay más posibilidad que o bien repetimos, de una manera neurótica la misma receta buscando una y otra vez la perfección, o bien buscamos soluciones alternativas, nuevos modos de contactar, variaciones sobre un mismo tema, reciclaje de conceptos, ideas, materiales etc. El entorno ya no está para apropiárselo como un “ello” (egotismo de la etapa moderna), como se ha hecho frecuentemente, por ejemplo con la naturaleza (dominar la naturaleza como máximo exponente del desarrollo humano), sino como formando parte de nosotros mismos y nosotros de ella.

Además, vivimos en un momento de enormes cambios sociales donde el ser humano más que adaptarse a un orden preestablecido (la familia tradicional, las cosas hechas “como Dios manda”, los matrimonios convencionales para siempre, las ideas para siempre, las tradiciones incuestionables) debe hacer frente a los cambios, a lo desconocido, a la constante sensación de novedad. No sabemos si esto es bueno o malo, beneficioso o perjudicial, pero es así. La referencia a la postmodernidad ya no es el pasado más o menos lejano ni el futuro del que nos es imposible poder imaginar nada, sino un presente en constante mutación y cambio. El hombre postmoderno tiene que vérselas con el caos. Y nada angustia más al egotista que el caos.

Las lecturas realizadas para la elaboración de esta tesis nos han permitido resituar nuestra manera de trabajar dentro de la teoría de la *gestalt*. Hemos incluso relativizado la importancia del *awareness* como elemento privilegiado del contacto. De forma intuitiva con algunos clientes hemos reconocido como el no estar *aware* les ha permitido sobrevivir en su vida (en los dos casos a los que nos referimos hubo consecuencias desagradables cuando tomaron consciencia de “su realidad”. En uno se produjo un estado de semi catatonia y en el otro un abandonarse depresivo que le llevó a la muerte-después de un largo proceso de enfermedad-) y hemos puesto en valor

nuestro trabajo de ralentizar el proceso de darse cuenta, hasta que sea posible sin provocar grandes perturbaciones. O como con otros pacientes que aparentemente vienen porque tienen muy clara la necesidad de un cambio (por ejemplo en su pareja), nuestra experiencia nos llevaba a introducir un poco de egotismo frenando esta decisión y potenciando el trabajo del polo conservacionista (en palabras de Gordon Wheeler) antes de tomar una decisión definitiva de manera prematura. Todas estas posturas nos llevaban a cuestionarnos si realmente estábamos siendo gestálticos o si nos estábamos saltando las proposiciones que el modelo que conocíamos hasta el momento de Goodman y Perls habían establecido. Ahora ya tenemos nuestra respuesta.

Algunas ideas nos han fascinado. La idea de relacionar la persona con el punto egotista y el altruismo, la entrega a los demás, estar disponible para los otros y como detrás de esto hay una necesidad (fisiológica) psicológica de controlar el entorno. En algunos altruistas su función personalidad está “llena” de contactos no finalizados, o aparentemente terminados. Contactos “como si” estuvieran finalizados pero detenidos en un refuerzo deliberado del yo para mantener el control.

Así si el organismo no es consciente de su necesidad (orgánica o psicológica) va a estar en confluencia con todas esas cosas que hace para satisfacer una necesidad “como si”, de tal forma que el entorno cubra esa necesidad, pero como si no hubiera hecho nada para que se produzca, con lo cual lo que recibe lo recibe en base a su función personalidad llena de egotismo: “ porque soy buena, porque soy quien soy, porque soy comprensiva, porque soy buena amiga, porque me quieren, porque quieren estar conmigo, porque doy buenos consejos”, pero no porque yo necesite algo del entorno y lo pida.

Estos son los callejones sin salida en los que el egotista “mete al entorno”. El egotista nunca tiene que reconocer nada del esfuerzo del entorno por satisfacer una necesidad: “si lo haces es porque tú quieres”, dice. El entorno así se convierte en un objeto de usar y tirar. “Dios proveera”, “todo se arreglará”. Dios siempre tiene el mismo nombre: todos aquellos organismos del entorno que van a satisfacer esas necesidades utilitarias que no van a nutrir para nada al *self* del egotista.

En este sentido el contacto aparentemente ha llegado a su contacto final porque la necesidad del organismo aparentemente ha sido satisfecha. Pero el *self* ha quedado incompleto. Aunque la necesidad haya sido satisfecha no nutre al *self*, porque no ha sido satisfecha la necesidad “real”, que permanece fuera de consciencia. Porque en realidad no se está satisfaciendo la necesidad (tengo miedo a morirme, tengo miedo a ser abandonado, tengo miedo a que dejes de quererme), sino que lo que se satisface es la explicación, la racionalización o simplemente una necesidad operativa (esta persona no sabe cómo tratarme, tú sabes mejor lo que yo necesito). Así que la función personalidad de los egotistas está fijada, rígida y llena de contactos no finalizados, está llena de egotismo, es decir llena del convencimiento del altruismo, de lo desinteresada que es con los demás y que lo que recibe es por estas características y no porque necesite algo del entorno, de los otros. Porque los otros son visto únicamente como objetos.

“Estoy asustada porque me da miedo y necesito que vosotros estéis conmigo”. El egotista no puede o sabe reconocer esta necesidad, así que la sustituye por necesidades del tipo, “quédate conmigo porque estoy enfermo”, “porque no me saben cuidar”. Esto se complementa con el hecho de que en el egotismo hay un aumento de la consciencia reflexiva (*consciouness*). Es decir, ante la dificultad de darse cuenta de su necesidad, es necesario encontrar una explicación que justifique la intervención de los otros.

La desgracia del egotista es que tiene constantemente que mantener esta función personalidad fijada en el “tú puedes a pesar de todas las dificultades”, en seguir pareciendo fuerte y en mantener esta imagen de altruismo.

¿Cómo se puede ser egotista y ayudar al mismo tiempo?. Desde esta visión del egotista como una persona altruista, que se preocupa de los demás...el otro se va a sentir escuchado, acogido...

La compasión es egotista, porque es ponerse en una situación de superioridad respecto al otro, de saber lo que es mejor para el otro etc

Aunque somos conscientes de que confluencia no es fusión, cuando hablamos de relaciones son dos términos que pueden ser tomados como sinónimos y por lo tanto nos atrevemos a identificar la deficiente educación emocional en nuestra sociedad donde por

un lado hay una identificación del amor en la relación como fusión, un no saber quién es quién, un perderse y por otro lado una separación absoluta donde cada individuo sabe quién es, qué es lo que quiere y cómo conseguirlo, la individuación total. El Tú es un objeto al que poder utilizar. La gran aportación de Paul Goodman y de la Terapia Gestalt ha sido proponer que la confluencia sana se produce en momentos puntuales de la relación, en pequeños contactos, en consonancia con su filosofía de huir de cambios radicales, que garantizaría una modificación lenta pero continua de la función personalidad de cada uno de los organismos en relación con el entorno y al mismo tiempo, evitando el colapso ante la perspectiva de una transformación total del ser.

El paso del egotismo a la confluencia y viceversa, como una hipótesis que nos planteábamos al inicio de esta tesis. En la confluencia el otro se va, en el egotismo se le echa o se provoca el abandono. Ambas llevan a un no contacto con el entorno, a un no nutrirnos de la relación, a un abandonar antes de ser abandonado, a una incapacidad en dejarme, abandonarme a la relación.

Tomo consciencia (Nieves) de lo dura, triste, vacía que es la vida del egotista supremo, incapaz de completar algo. El miedo al abandono y a la soledad no reconocidos como tales les lleva a una continua insatisfacción a una vida llena de un “como si”, pero que no es nutritiva, ni satisfactoria. Nunca hay satisfacción, nunca hay relaciones, hay un “como si”. Me viene una profunda tristeza al pensar en mi madre (en realidad llevo escribiendo o pensando sobre ella durante toda la tesis), en cómo alguien que aparentemente ha estado rodeada toda su vida de tanta gente, a la que ha ayudado, escuchado, comprendido, aconsejado, por la que ha abandonado casi a su familia, ha estado y sigue estando tan sola. Sola, sola, sola. Triste porque nunca sabrá lo que es confiar en alguien, el placer que supone poder dejarte caer sabiendo y confiando plenamente en el otro, Pena porque nunca va a experimentar lo que es compartir una vida con alguien sin hipotecas. Pena por alguien que solo sabe usar y tirar a las personas.

Porque para crecer es necesario amar. Es triste pensar que este tipo de amor nunca lo ha experimentado, compartir, ponerse en el lugar del otro, ceder, cambiar, abandonarte, dejarte sorprender, no controlar, NOSOTROS. Y alegría, mucha alegría, conforme escribo esto me vienen lágrimas a los ojos al darme cuenta de la suerte que tengo al

poder experimentar ese amor, ese confiar, ese dejarme, abandonarme, querer y ser querida. Porque querer, amar es admirar al otro y eso es lo que yo siento en estos momentos una profunda admiración y reconocimiento por la persona con la que comparto mi vida: compartir, no usar. Amar que no controlar.

Nos planteábamos que hacía falta notar en el otro que nos ayudara para salir del egotismo. Hoy al terminar nos reafirmamos en la propuesta que nos hicimos en sus inicios, es la disponibilidad del otro, su ofrecerse, su apoyo y reconocimiento, su creer en nosotros. Todo esto es lo que nos anima a dar el paso y salir del egotismo a arriesgarnos a hacer y ver que pasa, pero con la tranquilidad de no estar solo, de que alguien más sabe del riesgo que estas corriendo y está disponible para el apoyo.

Por otro lado proponíamos el amor como eje central de esta tesis, el amor como lo entiende el poeta catalán Max Aub “Amar es entregarse sin dejar de ser”. Esta ha sido nuestra experiencia, poder abandonarnos el uno al otro como pareja (confluir sanamente), pero al mismo tiempo sin dejar de ser (egotismo sano); poder abandonarnos a la experiencia de realizar esta tesis teniendo el apoyo mutuo y sabiendo que al otro lado Carmen Vázquez nos apoyaba, reconocía y nos invitaba a ir más allá y todo ello sin renunciar a quienes somos y a nuestras ideas. Esta es la experiencia que probablemente experimentan en terapia nuestros pacientes. Experiencia que les ayuda a llegar al postcontacto. Nuestro respeto por lo que son y no por lo que deberían ser, aceptar lo que hay y no lo que falta, apoyar todo lo que surge: el miedo, la vergüenza, el no saber y con ello conseguir que una figura clara, potente tome cuerpo y se produzca el crecimiento.

8. -bibliografía

BURNHAM, R. *Egotism in Gestalt Therapy: the next boundary*. Voices 18 (2),1982

DAVIDOVE,D.M.*Sur l'egotisme et l'ethique*. IFGT Mini-bibliotheque de Gestalt.thérapie 75. 1995

FLEMING CROCKER, Sylvia. *Truth and foolishness in the "gestalt prayer"*. The gestalt Journal Vol VI. N° 1.

GINGER, S. *La Gestalt. Una terapia de contacto*. Manual Moderno. 1996

GINGER,S. *Gestalt, el arte del contacto*. RBA Integral.2005

JACQUES,A. *.Capítulo 5 Regulati6n et d6rangement du soi.2 Ajustement et d6perdition du moi*. EDITORIAL

LAPEYRONNIE,B. *La confluencia*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colecci6n " Los libros del CTP 10", 2005

LATNER, J.*El libro de la terapia Gestalt*. Editorial Diana.1978

MAÑACH, Jorge. *"Imagen de Ortega y Gasset"*. Revista Cubana de Filosofía.1956.Vol.IV, n°13 pag 104-125.Encontrada en internet

PERLS,F.S.;HEFFERLINE,R.F. Y GOODMAN, P. *Terapia Gestalt: excitaci6n y crecimiento de la personalidad humana*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colecci6n " Los libros del CTP 4", 2001

PERLS, L. *Viviendo en los l6mites*. Promolibro. 1994.

POLSTER, E. y M. *Terapia Guestáltica*, Buenos Aires, Amorrortu editores, 1994

ROBINE,J.M. *Contacto y relaci6n en psicoterapia*. Cuatro Vientos.1999

ROBINE, J.M. *Manifestarse gracias al otro*. Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 11”, 2006

SCHOCH de NEUFORN, S. *La relación dialogal en Terapia Gestalt*, Sociedad de Cultura Valle-Inclán, Colección “ Los libros del CTP 3”, 2000.

SHELLEY W., MARY. *Frankenstein o el moderno Prometeo*. CATEDRA, letras universales. 2001.

SPAGNUOLO LOBB, M. *El apoyo específico en las interrupciones del contacto*. Quaderni di Gestalt, n.10-11.1990 (traducción del italiano de Mari Cruz García de Enterría)

STOEHR, TAYLOR. *Aquí, ahora y lo que viene. Paul Goodman la psicoterapia Gestalt en tiempos de crisis mundial*. Cuatro Vientos Editorial. 2007

VÁZQUEZ BANDÍN, C. “*Un homenaje a Laura Perls (El apoyo terapéutico en Terapia Gestalt)*”, Documento nº 126 del Centro de Terapia y Psicología, Madrid, 2001

VERDÚ, V. *Yo y tú, objetos de lujo. El personalismo: La primera revolución cultural del siglo XXI*. Debols!llo. 2007

WHEELER, G. *La gestalt reconsiderada. Un nuevo enfoque del contacto y de las resistencias*. Los Libros del CTP 5.2002.

“Haz sencillamente tu trabajo con todo tu corazón, tenía por costumbre decir, y los temas en los que necesitas tomar partido se harán evidentes en poco tiempo.”

Paul Goodman