

El Enfoque Gestalt en los Servicios Sociales

Francisco Cuenca Anchel

Psicoterapeuta. Instituto Gestalt. Valencia.

resumen/abstract:

La integración social es una necesidad de todas las personas. Los Servicios Sociales disponen de recursos físicos y humanos que son referencia de integración. El enfoque Gestalt ofrece una percepción del servicio de ayuda a la integración que se fundamenta en la transición del apoyo ambiental al auto apoyo, dota de unos principios teóricos, metodológicos y humanos que tienen como objeto facilitar el darse cuenta de lo que se experimenta en una situación dada. Los encuentros personales en la convivencia diaria son el mejor campo para descubrir y reorientar el grado de auto apoyo del que disponen los participantes. De esta manera, agentes sociales y usuarios disponen de un marco formalizado para conseguir su respectiva madurez.

Social integration is a need for all persons. Social Services have both human and physical resources that are a reference for integration. Gestalt Therapy theory offers a knowledge of help service for integration, grounded in moving from environment support to self support, providing theoretical, methodological and human basis that aim self awareness in a given situation. Personal daily encounter is the best field to reveal and redeploy available self support for community members. That is how Social Agents and users have a formalized framework from which their own mental and personal balance can be achieved.

palabras clave/keywords:

Referencia de integración, ayuda a la integración, auto apoyo, organismo-entorno, darse cuenta, aquí y ahora, responsabilidad, respeto, confianza.

Integration reference, help for integration, self support, organism-environment, awareness, here and now, responsibility, respect, confidence.

Introducción

Si algún aspecto psicológico tienen en común aquellas personas susceptibles de ser tratadas en los Servicios Sociales es lo complejo que para estas personas resulta integrarse y vivir con cierta autonomía en una sociedad normalizada. Paradójicamente la dependencia de las instituciones y de los agentes sociales que los atienden puede provocar en los usuarios una falta de madurez.

Ante este hecho el objeto del servicio social bien puede definirse como la facilitación, por parte de las instituciones y de sus

agentes sociales, en una intervención directa, de la madurez (autonomía) del usuario. Una autonomía que favorezca, tanto su integración al mundo social, laboral y familiar, como a la institución donde reside.

Para ello, las instituciones disponen de una filosofía y una aplicación de su modelo de integración, siendo el personal humano el que le va dando forma en el día a día.

La preparación del agente social está siendo cada día más motivo de ocupación por las instituciones sociales. Ya no es solamente la formación académica a través de una diplomatura o licenciatura en psicología

o ciencias de la educación. Los masters y cursos de especialización son cada día más demandados por las instituciones. Formalizar y profesionalizar, tanto los programas de intervención como la relación de ayuda, se va haciendo necesariamente obligatorio en la intervención social.

En la relación de ayuda, a la madurez profesional de los agentes sociales (técnica, metodológica y teórica) el enfoque Gestalt añade una formación en la madurez personal de los mismos, atendiendo a la condición humana de éstos como su mejor herramienta profesional.

Por lo tanto, el enfoque Gestalt ofrece un modelo de integración personal-profesional y una metodología de intervención adaptables a las instituciones sociales. En su continuo reciclaje de anteriores paradigmas psicológicos y maneras de entender al ser humano, ha ido creando una forma propia, fundamentada en una epistemología de la experiencia inmediata. Una experiencia investigada para dotarla de un sentido: “*en cualquier investigación biológica, psicológica o sociológica, debemos empezar partiendo de la interacción entre el organismo y su entorno*” (Perls, Hefferline & Goodman, 1951, pág. 6)

Un entorno que, si en la práctica privada lo constituye el terapeuta y su consulta, en el servicio social se amplía por la propia infraestructura, sus actividades, el resto de usuarios, familiares y agentes sociales. Sin olvidar el factor temporal, más continuado en la convivencia diaria de los centros sociales; en los pasillos y en las habitaciones, en los comedores, en las excursiones, se dan un sinnúmero de situaciones y encuentros.

Formalizar estos encuentros es una oportunidad para consolidar la relación de ayuda,

que en su inicio se define como complementaria.

Watzlawick, Babelas & Jackson (1967) al respecto señalan que:

Una relación complementaria puede estar establecida por el contexto social o cultural (como en los casos de madre e hija, médico y paciente, (...)) y es importante destacar el carácter de mutuo encaje de la relación en la que ambas conductas, disímiles pero interrelacionadas, tienden cada una a favorecer a la otra. (pág. 70)

Ahora bien, desde el enfoque Gestalt la finalidad de la relación en sí es la de provocar y favorecer una relación recíproca, en la cual terapeuta y paciente lleguen a encontrarse como dos personas maduras, y por lo tanto, ya no dependan mutuamente. Es en este mutuo encaje donde el enfoque Gestalt adopta una postura que, siguiendo la tradición de Martin Buber, estaría fundamentada en la relación yo-tú. Una relación fundamentada en el encuentro con el otro: “*en tales encuentros, cada persona es tratada como otro separado, como un fin en sí misma, siendo el único objetivo aumentar el Darse Cuenta.*” (G. Yontef, 1995, pág. 212) No se trataría de dirigir al usuario a la consecución de un objetivo, sino que el propio usuario sería el objetivo a seguir o a acompañar en su propio camino.

Y siguiendo con Yontef, (1995): “*para mí, la esencia de la terapia gestáltica es la integración de un compromiso persona-a-persona con una competencia técnico-clínica general. Y esto es válido al margen de la modalidad o tipo de paciente.*” (pág. 30) Con Yontef vemos el perfil de una filosofía de intervención desde una perspectiva humanista, abierta a cualquier ser humano, con cualquier tipo de patología.

Obviamente es necesario dar un mayor protagonismo del que se le ha dado hasta ahora, a la formación de la madurez personal del agente social.

Con Enright, (1970 citado en Yontef, 1995) continuamos con el factor de responsabilidad, medio y objeto de la intervención social: “...considero que en terapia gestáltica, el objetivo no es resolver El Problema, ya que el paciente seguirá mutilado mientras manipule a otros para que resuelvan sus problemas por él (...) la suposición básica de este enfoque terapéutico es que las personas pueden enfrentar adecuadamente sus problemas si los conocen, y pueden poner en acción todas sus habilidades para resolverlos... Una vez logrado un buen contacto con sus inquietudes y ambiente reales, pueden funcionar solas...” (pág. 51-52)

Esta disposición es en sí terapéutica. La confianza y el respeto por las posibilidades del paciente o usuario pueden provocar, en él o en ella, estos mismos valores. Probablemente sea la base de la actitud altruista del ser humano. Como decía Gabriel Marcel en esta bellísima cita: “amar a alguien significa esperar de este alguien lo más indefinible e imprevisible y darle a la vez todos los medios para que pueda responder a lo que de él se espera. Su meta está en ayudar al otro a realizarse” (López Ibor, 1973, p.409) El agente social necesita querer a su paciente para que la intervención funcione y, desde el enfoque Gestalt esta disposición es tenida en consideración. Se reconoce y acepta como una de las principales bases para procurar la curación.

¿Cómo conocen los usuarios sus problemas y sus soluciones? Este enfoque terapéutico enseña y orienta la atención del paciente hacia su darse cuenta. Hacia una toma de conciencia de lo que está experimentando

en el aquí y ahora. De este modo “*el Darse Cuenta sirve para que el individuo se autorregule por su cuenta*” (Yontef, 1995, pág. 192)

Perls, Hefferline y Goodman (1951) al respecto señalan que: “*en la Autorregulación Organísmica cualquier situación inacabada muy apremiante asume la dominancia y moviliza todos los esfuerzos disponibles hasta que la tarea se complete. La conciencia espontánea de la necesidad dominante y su organización de las funciones de contacto es la forma psicológica de la autorregulación orgánsmica.*” (pág. 63-64)

Desde esta perspectiva, el trabajo del agente social se centra en el acompañamiento o en el descubrimiento de la necesidad de la persona. Sólo el usuario puede identificarla y conseguirla. El agente social acompaña, provoca, motiva con su propia motivación, siendo un experto en observar la situación existencial de la persona a la que atiende.

Fuera de interpretaciones y de condicionamientos dirigidos, “*la fenomenología es la búsqueda de la comprensión basada en lo que es obvio o revelado por la situación (que incluye tanto el organismo como el ambiente) más que en la interpretación del observador*” (Yontef, 1995, pág. 173) No se trata de provocar una conducta en el paciente, sino de favorecer que éste la experimente y tome conciencia de cuál es su realidad mental, emocional y conductual, por un lado, y ambiental por otro.

Como ya hemos mencionado, la teoría básica de la terapia gestáltica es que la maduración es un proceso de crecimiento continuo en el que el apoyo ambiental se transforma en auto apoyo (Perls, 1975, pág. 23) En la madurez, el individuo es capaz de responder a sus necesidades internas y demandas

externas. Yontef continúa definiendo el auto apoyo como la capacidad desarrollada de mantener contacto consigo mismo y con otras personas.

Autonomía, madurez, auto apoyo e independencia se convierten así en conceptos unidos donde el individuo no es percibido como un sujeto aislado, sino como un organismo en contacto con su entorno. Y esta concepción de la autonomía del sujeto ligado a su entorno, concede a este último un significado determinante en la madurez del individuo.

Todas las aportaciones teóricas, humanas y metodológicas que aporta el enfoque Gestalt en la práctica de la intervención individual, de parejas y de grupos, puede utilizarse en las instituciones sociales. A lo anterior se le puede añadir la intervención fundamentada en una convivencia diaria entre agentes sociales y usuarios. Si en la terapia individual o grupal se trata de *“sanar por medio del encuentro, según la tradición de Martín Buber”* (Yontef, 1995, pág. 29) podemos decir que en la institución social se trata de sanar a través de la convivencia. Obviamente una convivencia repleta de encuentros.

Perls, Hefferline y Goodman (1951) definieron la psicología como: *“el estudio de los ajustes creativos del organismo en su entorno (...) paralelamente, la psicología de lo no normal es el estudio de la interrupción, de la inhibición u otros accidentes a lo largo del ajuste creativo.”* (pág. 10)

En esta visión situacional, que sería el campo a investigar, se atiende al momento que se está viviendo con la posibilidad de explorar y conocer *“cómo me estoy moviendo”*. Cómo evito mi responsabilidad, cómo respondo a las demandas de mi entorno, cómo consigo lo que necesito.

Y en ese campo se encuentra el agente social como facilitador de la madurez del usuario. Desde la percepción gestáltica del cambio, el sujeto concibe lo que experimenta en el presente como su motor de cambio y transformación. La persona se actualiza en el aquí y ahora del encuentro, dotándole de un sentido a su experiencia. No se le dice quién es y hacia dónde debe ir, sino que se le facilita que lo averigüe por sí mismo.

Haciendo mención a las palabras de Phillip Lichtenberg, citadas por Eugenio Moliní, 2003: *“La labor de un Agente de Transformación Social desde una perspectiva Gestalt es la de crear situaciones que aumenten la conciencia de los participantes para que así tengan oportunidad de, si quieren, elegir cambiarse a sí mismos y a su entorno.”* (pág. 79)

El respeto por la responsabilidad de las decisiones del usuario es uno de los asuntos más complejos a conseguir. El usuario necesita el acompañamiento del profesional para asimilar las consecuencias de sus elecciones.

En definitiva, se parte de la premisa de que el individuo tiene la capacidad de adaptarse al entorno que lo envuelve. Atender y comprobar hasta donde puede lograrlo es una función indispensable en el agente social. Estudia los ajustes y las interrupciones del usuario junto con él, en el proceso de alcanzar su auto apoyo. Y también se estudia a sí mismo, siendo un especialista en su propio darse cuenta.

En esta relación circular el agente social interviene atendiéndose a sí mismo y atendiendo al otro. Atiende a sus sensaciones corporales, sentimientos, pensamientos y conductas. Y percibe al otro *“desde una perspectiva fenomenológica: busca la com-*

prensión basada en lo que es obvio o revelado por la situación, más que en la interpretación del observador” (Yontef, 1995, pág. 173)

Funciones principales del Agente Social desde el enfoque gestáltico

Una intervención individual y/o grupal: encuentros formalizados

Se trata de procurar situaciones que aumenten la conciencia de los participantes. Creando espacios donde vivir experiencias relacionales y representar situaciones significativas para los participantes. La intención es proporcionarles vivencias en las cuales poder experimentar sentimientos, reflexiones y comportamientos susceptibles de ser analizados y entendidos.

A su vez, se pretende facilitar la libertad de elección y favorecer la actitud hacia el cambio. Desde el enfoque gestáltico se percibe a la persona en un proceso continuo de equilibrio-desequilibrio-equilibrio..., observando al comportamiento como una actitud creativa del organismo que busca reestablecer el equilibrio. Su autorregulación tiende a la consecución de las necesidades y deseos emergentes, manejándose a sí mismo y a su entorno constantemente.

Por otro lado, es propósito de este método facilitar el conocimiento y funcionamiento de las resistencias a la propia regulación. Se advierten y se facilita su aceptación. Aquellas resistencias que en su día fueron funcionales pierden su sentido al perder su función en el presente. Los automatismos dan paso a comportamientos y actitudes maduras, funcionales en el aquí y ahora de la situación. De nuevo, en la autonomía, se atiende al momento presente y al entorno que lo envuelve, obrando con coherencia.

El marco físico se constituye por las salas de actividades y consulta. La metodología se fundamenta en la relación dialogal y los experimentos vivenciales. La finalidad es facilitar el darse cuenta del usuario, incrementar su contacto, ampliar su auto apoyo, mejorar sus ajustes creativos y consolidar su madurez y su integración.

El encuentro de persona a persona: la convivencia formalizada

Una relación directa en la cual el agente social ejerce como un referente para el usuario. El marco físico puede darse dentro y fuera de la institución social. La metodología se fundamenta en la relación dialogal.

El agente social es un ejemplo de integración social. Es un referente de lo que, se supone, es una persona normalizada socialmente. Normalmente, el usuario le da relevancia a la profesión y a la persona del agente. Cuanto más intenso sea el contacto entre uno y otro, y más significativo sea uno para el otro, mayor será el influjo mutuo. Es por esto que la implicación emocional y el compromiso del agente social con la relación resultan tan relevantes para ambos.

El usuario desajustado experimenta lo que en terapia Gestalt se llama *impasse existencial* “*situación en que no hay apoyo ambiental próximo y el paciente es, o cree ser, incapaz de enfrentarse solo a la vida*” (Perls, 1975, pág. 24) Aquí, apoyo no significa hacerse cargo de lo que ha de hacer el usuario. Apoyo significa atenderse a sí mismo y al otro, buscando el auto apoyo en mí y favoreciéndolo en el usuario. Así se puede ir generando una relación genuina, en la cual la irresponsabilidad va dando paso a la aceptación de las consecuencias de sus elecciones.

Ese apoyo ambiental que el usuario no tiene y que quizá no haya tenido nunca, se le ofrece desde el servicio social, a través de sus instalaciones y sus profesionales. En este momento de impasse se acepta la dependencia. *“Es importante que el terapeuta descubra si la dependencia que busca el paciente es necesaria en una etapa en particular de su crecimiento”* (Yontef, 1995, pág. 104)

El agente social comparte innumerables encuentros tanto formales como informales. Desde la dimensión filosófica de la Gestalt, la sanación se puede dar en cualquier encuentro agente social-usuario. Una sanación dinámica, que se genera a través del darse cuenta. *“El aprendizaje se produce mediante el descubrimiento, la formación de nuevas gestalten: insight”* (Yontef, 1995, pág. 50) En la Institución Social en la que conviven diariamente agentes sociales y usuarios, la sanación se puede dar por medio de la convivencia diaria.

La relación terapéutica en la Terapia Gestalt destaca cuatro características del diálogo:

Inclusión

Es situarse lo más plenamente posible en la experiencia del otro, sin juzgar, analizar o interpretar, conservando simultáneamente el sentido de la propia presencia, separada y autónoma. El agente social, desde una perspectiva gestáltica, puede utilizar su auto apoyo para situarse en la experiencia del usuario y atenderse a sí mismo simultáneamente. En un contacto con los límites, la responsabilidad y el respeto hacia sí mismo y hacia el usuario. Como dice Yontef, (1995), *“el respeto por el paciente incluye distinguir el nivel de Auto apoyo del cual él*

es capaz.” (pág. 27) Se trata de confirmar la existencia del otro, sea cual sea ésta. Y esta aceptación del otro es ya terapéutica. Es un estar aquí, junto a ti, acompañándote y acompañándome, definiendo el tópico: *“si me olvido de mí no puedo estar contigo”*.

Presencia

“El terapeuta muestra su interés a través de una presencia activa. El paciente usa una serie de manipulaciones o juegos para mantener su statu quo, controlar su ambiente y evitar enfrentar su vida(...) Se evitan dolores reales, daños imaginarios, correr riesgos razonables(...) El terapeuta equilibra frustración y apoyo manteniendo una relación en la tradición Yo y Tú- Aquí y Ahora” (Martin Buber) *“En un comienzo el paciente trabaja duro para evitar su experiencia real y las consecuencias de su conducta real. Debido a que el paciente ha aprendido y practicado la manipulación de su ambiente para obtener apoyo y los medios para evitar darse cuenta de su experiencia real, es por lo general bastante experto en esto”* (Yontef, 1995, pág. 53)

Frustrar al usuario ante la manipulación que conlleva una falta de responsabilidad. El mostrar cómo se está afectado ante la agresión, desinterés, etc. del usuario. Mostrar los sentimientos experimentados frente a aconsejar o a contraatacar. Apoyar la debilidad y la vulnerabilidad. Estas disposiciones forman parte de la puesta en escena de la presencia del agente social ante el usuario. Vuelve a ser evidente la importancia de la madurez del agente social para la utilización de estos recursos. Como en la cita de Nelson Mandela (citado en Eugenio Moliní, 2003) *“Cuando permitimos que nuestra luz brille, inconscientemente damos permiso a los demás a hacer lo mismo.*

Al liberarnos de nuestros miedos, nuestra presencia libera automáticamente a otros". (pág. 88)

Compromiso

"Se trata de permitir que el contacto ocurra, en lugar de manipular, hacer contacto y controlar el resultado. La relación se basa en el compromiso y el surgimiento, más que una relación para dirigir al paciente hacia algo" (Yontef, 1995, pág. 123) Sanar a través del encuentro y el compromiso. Un encuentro con la única premeditación de estar ahí, ante el usuario. De ser una referencia de autenticidad, madurez o responsabilidad.

Diálogo vivo

"Un modo de dialogar puede ser la danza, canciones, palabras o cualquier modalidad que exprese y mueva la energía de los participantes" (Yontef, 1995, pág. 123) Teniendo en cuenta las incapacidades cognitivas que pueden presentar algunos colectivos, el diálogo oral puede dar paso a un diálogo que fomente vivencias de contacto y expresión. Con la música como telón de fondo, se puede generar un contacto genuino entre agente y usuario.

A estas cuatro disposiciones personales del profesional social, se le añaden dos tendencias altamente relevantes: la responsabilidad y el respeto. El agente social devuelve la premisa de Sheldon Cop (citado en Oldham, Key y Starak, 1978) *"Estás en libertad de hacer lo que quieras, sólo tienes que enfrentar las consecuencias."* (pág. 47) En la intervención individual se acompaña y facilita al usuario a que conozca su propia responsabilidad, en todas aquellas situaciones en las que participa o ha participado. A través del apoyo y la frustración se le fa-

vorece el auto apoyo y la responsabilidad de dirigir su vida. De nuevo el respeto y la confianza en los recursos del paciente para encontrar su autonomía son, en su propio proceso, terapéuticos.

A modo de ejemplo, un usuario, en una situación dada, puede recibir con satisfacción, miedo o prudencia la confianza depositada en él (presente) Si bien es cierto, en muchas ocasiones esta confianza no ha sido ofrecida con tal magnitud, ni siquiera por sus propios familiares (pasado) Dichas reacciones de satisfacción, miedo o prudencia son respetadas por el agente social después de ser identificadas en el usuario (presente) La manera de comprender mejor las reacciones del usuario es reconociendo y aceptando las situaciones similares en las cuales el agente social, como persona, haya podido reaccionar de similar manera (la utilidad, en el presente, del conocimiento del pasado) En esta situación, dada en un espacio y en un tiempo presente, se está desarrollando un encuentro. El enfoque Gestalt considera este tipo de encuentro de por sí sanador. Lo que ocurra en el futuro no se sabe. Ahora bien podrá estar afectado por un pasado en el cual se dio un encuentro fundamentado en la confianza y en el respeto, hecho que anteriormente puede que nunca se diera con tal magnitud.

De nuevo la madurez del agente social es de vital importancia en el transcurso de los encuentros diarios. Su implicación y su compromiso con el quehacer diario son señales de su madurez personal y profesional.

Como describen Irving y Miriam Polster, (1973): *"Al penetrar en una habitación y encaminarse hacia una persona a la que se desea hablar, hay quien actúa por propio impulso, desplazándose libre y armoniosamente, y también hay quien lo hace a los*

tropezones, como una marioneta mal manejada, para cumplir una obligación social que en el fondo no le interesa.” (pág. 155)

Conclusión:

Por un lado, el Enfoque Gestalt ofrece una intervención individual o grupal en espacios formalizados que favorece el entrenamiento en el darse cuenta, la responsabilidad y el auto apoyo.

Por otro lado, los encuentros causales entre usuarios y agentes sociales son susceptibles de ser revisados y aprovechados para fortalecer contactos maduros. En ello se encuentra el fundamento del encuentro yo-tú. La transferencia-contratransferencia se transforma, desde el enfoque Gestalt, en una relación entre dos personas que son afectadas la una por la otra. Las motivaciones del agente social por determinados encuentros pueden ser reconocidas por él mismo, dotándolas de significado y así, desde este conocimiento actuar en consecuencia y coherencia en la relación con el usuario. En consecuencia con la idea de sanar y facilitar la madurez del usuario. En coherencia con lo que uno siente, dice y actúa en dicho encuentro.

Formalizar la convivencia es parte de un objetivo denominado Servicio Social. Como es obvio, este servicio no tendría fundamento sin sus trabajadores y los usuarios del mismo. Esta idea de mutuo encaje no es nueva. En ella subyacen parte de las motivaciones por las cuales los agentes sociales se dedican a esta labor. La dependencia de un ser humano hacia otro es una contingencia con marcadas consecuencias. Probablemente, cuanto uno más se entrene en la ayuda al otro, menor sea el daño que se haga a sí mismo, y mayor la eficacia de servir al otro.

Bibliografía

- López Ibor, J. J., (1973) *El libro de la vida sexual*. Barcelona: Danae.
- Moliní, E., (2003) El trabajo de un Agente de Transformación Social y Organizacional: pasión y profesión. *Boletín de la Asociación Española de Terapia Gestalt*, 23, 79-88.
- Oldham, J. Key, T. & Starak, I.Y. (1978) *El riesgo de vivir*. San Sebastián: Zimentarri.
- Perls, F.S., Hefferline, R.F. & Goodman, P. (1951) *Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Ferrol, Sociedad de Cultura Valle Inclán. Los libros del CTP.
- Perls, F.S., Van dusen, V., Tobin, S.A., Stevens, B., Stevens, J. O., Hall, R.K. et al. (1975) *Esto es Gestalt* (13ª ed.). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Polster, E. & Polster, M. (1973/2003) *Terapia Gestáltica*. (6ª Reimpresión) Buenos Aires: Amorrortu.
- Watzlawick, P. Bavelas, J. B. & Jackson, D.B. (1967) *Teoría de la Comunicación Humana* (9ª ed.) Barcelona: Herder.
- Yontef, G. H. (1995) *Proceso y diálogo en Psicoterapia Gestáltica* (3ª ed.) Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Fecha de recepción: 25/10/2006
Fecha de aceptación: 28/02/2007