



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

SOBRE LA IMPORTANCIA DEL TRABAJO PROFUNDO SOBRE SÍ MISMO EN LA FORMACIÓN DE TERAPEUTAS GESTÁLTICOS.¹

Por Lic. Nora Alejandra Guinsburg

Primeramente, les quiero presentar el contexto de esta investigación.

Luego de más de 30 años formando terapeutas gestálticos en el Enfoque Holístico de la Salud, decidimos hacer una investigación que nos permita demostrar las transformaciones que van haciendo nuestros aprendices a partir del trabajo profundo sobre sí.

El Enfoque Holístico de la Salud fue desarrollado por nuestra maestra Adriana Schnake, Nana, con quien continuamos nuestro vínculo hasta su partida. Su modalidad de enseñanza era básicamente experiencial. Nosotros diseñamos un programa de diplomado que fuimos mejorando año tras año.



Luego de varios años, en los que además del diplomado en nuestro centro viajamos por nuestro país y otros países de Latinoamérica impartiendo talleres formativos, en el año 2011 decidimos ofrecer nuestro diplomado online en vivo

¹ Presentación en la Mesa Redonda sobre Formación en Terapia Gestalt en Latinoamérica en el III Congreso Latinoamericano de Terapia Gestalt, Pirenópolis-Brasil 2025



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

mediante Ciber plataformas para facilitar el acceso a aprendices que residen en otros lugares. Esto nos planteó nuevos desafíos en la modalidad pedagógica, ya que nos parecía indispensable sostener la metodología teórico-vivencial.



Desde entonces durante el primer año nuestros aprendices trabajan cada uno de los temas sobre sí a partir de tareas asignadas, y durante el segundo año hacen prácticas con otros. Luego hay un tercer año optativo de supervisión clínica y profundización del que participan terapeutas que cumplieron los dos años previos del diplomado en diferentes años lectivos.

A diferencia de un curso en el que los alumnos se informan, en una formación ocurren otros procesos en la persona del alumno. Formarse es darse forma. Y en este proceso es necesario transformarse, es decir, ir más allá de la forma dada.

Para que este proceso de darse forma ocurra incluimos un tiempo destinado al trabajo profundo sobre sí mismos en grupo a partir de una meditación activa que facilita aperturas del darse cuenta, la participación en dos laboratorios vivenciales

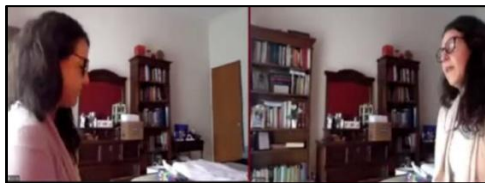


Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

por año, y el acompañamiento de nuestros colaboradores entre medio de cada uno de los módulos mensuales intensivos de un fin de semana.

Trabajo Profundo Sobre Sí-Mismo



Meditación Activa



Nuestro Equipo de Colaboradores



Dr. Carlos Zala



Lic. Mariana
Briones



Lic. Noemí Vilner



Lic. Andrés Plager

Es necesario aquí hacer una diferenciación entre ejercicios lúdicos y trabajo profundo sobre sí para que se comprenda más claramente a qué me refiero cuando hablo de trabajo personal.

Como seguramente todos ustedes ya saben, en los ejercicios lúdicos se parte de una consigna dirigida a todos los integrantes del grupo. Se trata de actividades dinámicas, creativas y a menudo divertidas, diseñadas para disminuir resistencias, promover la espontaneidad y facilitar el contacto con emociones o patrones bloqueados. Estos favorecen el darse cuenta en el aquí y ahora, estimulan la expresión corporal, emocional e imaginativa, y fomentan la conexión interpersonal.

Muchos gestaltistas pensamos que esto no es suficiente para darse forma como terapeuta gestáltico. Con frecuencia, algunos formadores derivan a sus



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

alumnos a que realicen un proceso terapéutico con otros gestaltistas, e incluso otros exigen una cantidad de horas de terapia gestalt certificada para completar el proceso formativo. Nuestra propuesta es que el trabajo profundo sobre sí esté incluido y forme parte del proceso de formación, tal como lo aprendimos con Adriana Schnake-Nana y como lo hacía Fritz Perl.



En nuestro diplomado enseñamos fundamentalmente cómo acceder y trabajar rasgos de carácter a partir de síntomas en el cuerpo, por lo cual consideramos necesario que conozcan y trabajen sus propios rasgos de carácter para no contaminar luego el campo terapéutico.

Freud afirmaba en *"Análisis terminable e interminable"* en 1937 que *"El analista debe estar tan libre como sea posible de sus propias resistencias y conflictos; de lo contrario, impondrá límites al paciente"*. En psicoanálisis se propone realizar un análisis didáctico para trabajar estos aspectos. Tanto nuestra querida maestra Nana como el mismo Perls realizaron un proceso de análisis didáctico. Y tal vez sea por eso que implementaron esa modalidad vivencial en las formaciones que impartían. Parafraseando a Freud, podríamos afirmar que un terapeuta gestáltico debe estar tan libre como sea posible de sus propias resistencias y conflictos, de lo contrario impondrá límites a sus pacientes durante el proceso terapéutico.



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

A partir de esta convicción es que decidimos dedicar casi el mismo tiempo al trabajo de contenidos que al trabajo profundo sobre sí.



En el trabajo profundo sobre sí el punto de partida es el emergente. Es el aprendiz quien decide qué necesita trabajar. Puede ser un sueño, una polaridad, un conflicto con otros, un conflicto consigo mismo, una situación inconclusa, o un síntoma en su cuerpo, tal como si se tratara de una sesión de psicoterapia. Laura Perls afirmaba que la actitud de un terapeuta es la resultante del conjunto articulado de sus experiencias de vida, dentro de las cuales están sus experiencias como profesional.



Consideramos que el trabajo profundo sobre sí dentro de la formación posibilita reducir los puntos ciegos para evitar una contratransferencia patológica, conocer en profundidad las técnicas terapéuticas gestálticas a partir de experimentarlas en sí mismos, y contribuir a la ética profesional evitando que el terapeuta confunda sus propias resistencias, conflictos y síntomas con los de sus pacientes. En síntesis, esta modalidad formativa contribuye a que puedan despejar el campo terapéutico. Al tratarse de una formación en grupo, estos trabajos aportan



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

aprendizajes a todos los participantes. Comprender qué hacemos y para qué a partir de las propias experiencias y observando a otros, dinamiza y multiplica esos aprendizajes. No alcanza con entender los pasos y objetivos de las diferentes técnicas. Experimentar en sí mismos y observar empáticamente las experiencias de otros, aporta otra comprensión y cumple tres propósitos simultáneamente: Uno es observar cómo lo hacen los terapeutas formadores, otro es facilitar la empatía que puedan tener cuando trabajen con sus pacientes luego de estas experiencias, y el otro es trabajar consigo mismos lo necesario para que lo pendiente no enturbie su propio trabajo como terapeutas.

Tanto nuestros aprendices como nuestros colaboradores y nosotros mismos observamos transformaciones considerables durante el proceso total al aplicar esta modalidad pedagógica. Con el propósito de tener una apreciación menos subjetiva, decidimos utilizar algún instrumento de evaluación que nos permita comparar cómo llegaron nuestros aprendices al inicio y cómo finalizaron.

En la búsqueda del instrumento adecuado, era indispensable considerar que las variables a medir sean compatibles con el modelo epistemológico gestáltico. Fue así que elegimos implementar el P.O.I., en un estudio comparativo pre-post.

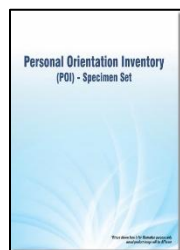
El P.O.I., Personal Orientation Inventory (Inventario de Orientación Personal) fue desarrollado por Everett Shostrom. Shostrom fue discípulo de Maslow y los constructos teóricos de las variables que mide son compatibles con los ejes de la Terapia Gestalt. De hecho, según afirma Celedonio Castanedo en una publicación de la Revista Psicología Contemporánea publicada en Méjico en 1998 que tituló “La investigación en Terapia Gestalt: 26 años de Tesis Doctorales”, el POI fue uno de los instrumentos más utilizados en tesis doctorales en Gestalt. El P.O.I fue traducido y validado en varios idiomas. Al respecto resulta interesante considerar que los



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

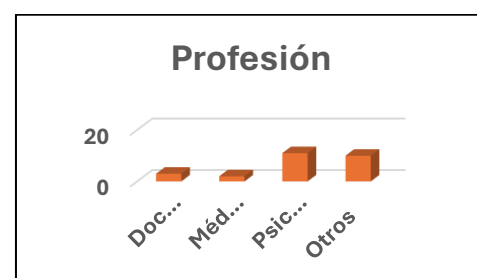
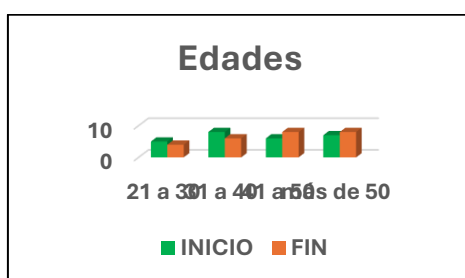
Personería Jurídica N° 29.251

contenidos de algunas de las afirmaciones de este instrumento tienen el propósito de despertar diferentes reacciones emocionales que van generando aperturas progresivas de conciencia de sí a medida que se avanza en el inventario, ya que el marco teórico de este instrumento es humanista y existencial. En consecuencia, y para que las afirmaciones sean efectivas para provocar esas reacciones emocionales, además de las traducciones en diferentes idiomas, las validaciones consideraron ciertos parámetros culturales. La versión que utilizamos, y que generosamente nos facilitó Celedonio Castenedo, fue validada para España, Méjico, Costa Rica, Chile y Argentina en el año 2006.



Shostrom aclara en el manual del P.O.I que no se encontraron diferencias significativas relacionadas con sexo, nivel cultural y educativo, profesión, ni con nivel socioeconómico. También aclara que las características de este instrumento posibilitan que tanto se utilice en un corte transversal para un diagnóstico situacional, como un longitudinal pre-post para comparar el estado previo y posterior a una experiencia determinada.

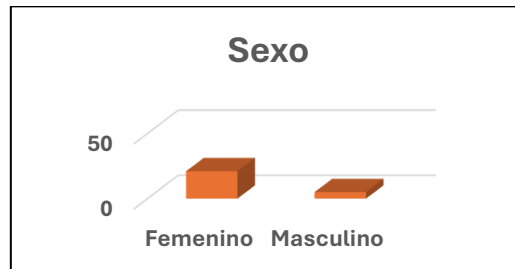
En nuestra muestra





Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251



Paso entonces a describir sintéticamente el P.O.I.

Se trata de un cuestionario autoadministrable que consta de 150 pares de afirmaciones, con dos alternativas excluyentes para cada par, en las que cada persona debe marcar cuál de las dos concuerda más con su modo de ser, actuar, pensar y sentir.

Las respuestas se codifican en 2 escalas generales o principales y 10 subescalas o escalas secundarias, las cuales voy a describir a medida que les voy comentando los resultados de esta investigación.

ALGUNOS EJEMPLOS
(marcar con una X en A o en B)

1	A	Estoy atado al principio de lo que debe ser
	B	No estoy en absoluto atado al principio de lo que debe ser
2	A	Cuando un amigo me hace un favor, siento que debo devolverlo
	B	Cuando un amigo me hace un favor, no me siento obligado a devolverlo
3	A	Siento que debo decir siempre la verdad.
	B	No siempre digo la verdad
4	A	Hago lo que haga, le gente me daña
	B	Si manejo bien una situación, puedo evitar ser dañado

Prog. Nº	ESCALA FÍSICA				VALORES				EMOCIONES				AUTOPERCEPCIÓN				PERC. DE LOS OTROS				SENSIBILIDAD	
	adecuación temporal		autosoporte		valores de autorrealización		existencialidad		Reacción emotiva		espon-taneidad		auto-concepto		auto-aceptación		Naturaleza constructiva		sinergia		capac.de con-tacto íntimo	
	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	a	b	A	C
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						

Los resultados se obtienen por comparación con una tabla de respuestas esperables. La tabla de respuesta esperables es sólo un parámetro de comparación que no indica que sea correcta o incorrecta la opción elegida. Una evidencia de ello es que en algunos ítems la opción “a” otorga 1 punto para algunas subescalas y al mismo tiempo esa misma opción elegida otorga 1 punto para la opción “b” en otras variables. Además, algunas respuestas otorgan 1 punto a una sola escala, mientras



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

que otras lo otorgan a varias. Cada una de las escalas generales y subescalas indica el grado de desarrollo del propio potencial en cada variable.

Una vez que se suman los puntajes brutos de cada variable, se convierten en porcentajes para comparar el comportamiento de las diferentes variables a evaluar y obtener una curva del perfil, tanto de un sujeto como de un grupo. En el caso de obtener porcentajes superiores a 95 para alguna variable, se considera que en esa variable manifiesta resistencias y se trata de una forma defensiva de encubrir un porcentaje bajo. En el caso de un pre-post, cuando en la segunda toma aparecen estos puntajes excesivos y en la primera puntajes normal bajo, o muy bajo, o inhibido, podría tratarse de una transición inicial dentro de una polaridad.

ESCALAS GENERALES				ESCALAS GENERALES N=26							RANGOS DE PUNTAJES			
adecuación		autonomía		Variable	Grupos	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		t: H1:V1<V2	P val <0,05		
temporal	TA	Aut							Límite inferior	Límite superior			95 a 100	Resistencia o simulación
				Adecuación temporal	Inicio	74,23	11,11	2,18	72,76	75,70			75 a 95	Normal alto
					Final	78,65	11,45	2,25	72,72	75,75	0,022		60 a 75	Normal adecuado
				AutosopORTE	Inicio	63,73	10,86	2,13	72,79	75,67			45 a 60	Normal bajo
					Final	71,33	7,85	1,54	73,19	75,27	0,000		30 a 45	Muy bajo
													0 a 30	Inhibido

Para esta investigación realizamos un estudio comparativo al inicio y al final de nuestro diplomado a un grupo de 26 aprendices, en los que no hubo variables con resistencias. Muchos de nuestros aprendices ya tienen una formación previa en Terapia Gestalt y quieren aprender el Enfoque Holístico de la Salud. Para esta comparación se realizaron los cálculos estadísticos del “P valor” considerando que son diferencias significativas los valores menores a 0,05. Nuestro objetivo fue verificar si hubo transformaciones atribuibles al proceso formativo.

Escalas Generales

Las dos escalas generales o principales son Adecuación temporal para vivir en el aquí y ahora, integrando el pasado y proyectándose al futuro; y AutosopORTE mide la capacidad de pensar, actuar, sentir y tomar decisiones según los propios criterios basados en la experiencia vivida. Es esperable que los valores de

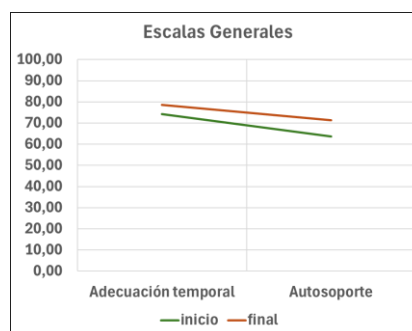


Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

“adecuación temporal” sean levemente superiores a los de “autosoprote”. Esto indica capacidad de introspección, de reflexionar sobre sí y de reconocer los propios aspectos a trabajar.

ESCALAS GENERALES N=26			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Adecuación temporal	Inicio	74,23	0,022
	Final	78,65	
Autosoprote	Inicio	63,73	0,000
	Final	71,33	



Podemos ver en el gráfico que en ambas escalas generales hay diferencias significativas, y que esta diferencia es mayor en la escala “autosoprote”.

Subescalas

Las 10 subescalas se agrupan en cinco áreas, con dos subescalas complementarias entre sí por cada una de ellas. Lo esperable es que la gráfica sea una línea quebrada, con diferencias entre las subescalas. Una línea con altibajos muy extremos, indica que la persona tiene una distribución inadecuada de su energía y que desarrolló algún o algunos potenciales en detrimento de otros. Si en cambio la línea está aplanada, si tiende a parecerse a una línea recta, indica que la persona está implorada, que controla y detiene involuntariamente el desarrollo de su potencial.

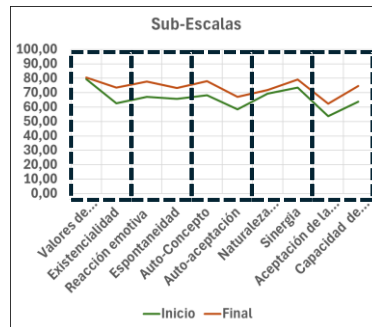
Es muy importante recordar y considerar que el análisis de los datos, como sucede con todos los instrumentos de evaluación, adquiere significado dentro de un contexto determinado y dentro de un proceso personal.

Las áreas y subescalas son:



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251



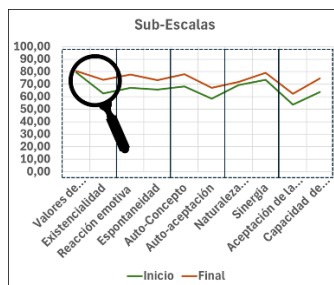
ÁREA DE LOS VALORES

Valores de autorrealización indica cuánto las personas incorporaron los valores que rigen un funcionamiento adecuado en un grupo social determinado y que son necesarios para el desarrollo del propio potencial en ese ámbito. Esta suele ser una de las variables más estables, ya que se trata de valores sociales y culturales aprendidos.

Existencialidad refleja la flexibilidad de esos valores para un funcionamiento adecuado en diferentes situaciones y contextos. Es esperable que varíe con el proceso madurativo y con terapia ya que esta variación es indicador de plasticidad yoica.

Se observa en el gráfico que hay una diferencia significativa en la subescala “existencialidad”

ÁREA DE LOS VALORES			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Valores de autorrealización	Inicio	79,44	0,253
	Final	80,62	
Existencialidad	Inicio	62,62	0,000
	Final	73,56	





Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

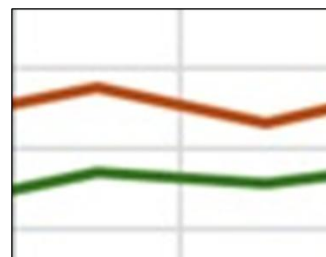
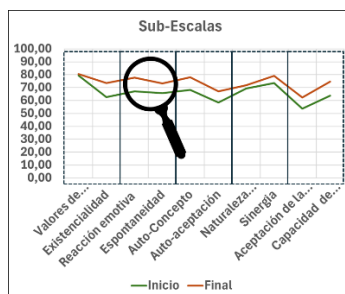
Personería Jurídica N° 29.251

ÁREA DE LAS EMOCIONES

Reacción emotiva mide la capacidad de las personas para tomar contacto con sus propias emociones y necesidades. Esta escala suele aumentar cuando bajan las resistencias.

Espontaneidad se refiere a la libertad que sienten las personas para expresar con espontaneidad sus emociones y necesidades, considerando el contexto en el que se expresan. Suele aumentar con el proceso terapéutico.

ÁREA DELAS EMOCIONES			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Reacción emotiva	Inicio	67,06	0,000
	Final	77,76	
Espontaneidad	Inicio	65,81	0,002
	Final	73,29	



En esta área ambas subescalas evidencian diferencias significativas, donde la diferencia en la variable “reacción emotiva” es un poco mayor.

ÁREA DE LA AUTOPERCEPCIÓN

Autoconcepto se refiere a la valoración de sí mismo. Esta valoración es una relación entre lo percibido de sí y las expectativas que la persona tiene sobre sí misma. Suele aumentar dentro de los valores normales con el proceso terapéutico.

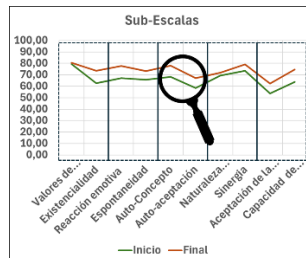
Autoaceptación mide la capacidad de aceptar las propias debilidades, deficiencias y limitaciones. Al respecto comenta Shostrom que niveles bajos son indicador de un rasgo característico de todas las neurosis, y suele ser el resultado más frecuente en esta escala en personas que no han realizado o están en una fase inicial de un proceso terapéutico.



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

ÁREA DE LA AUTO-PERCEPCIÓN			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Auto-Concepto	Inicio	68,27	0,003
	Final	78,13	
Auto-aceptación	Inicio	58,58	0,000
	Final	67,01	



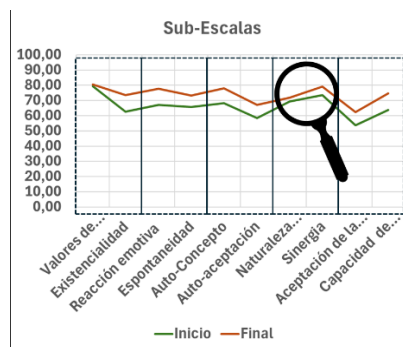
Podemos aquí observar en el gráfico que en ambas subescalas hay diferencias significativas.

ÁREA DE LA PERCEPCIÓN DE LOS OTROS

Naturaleza constructiva mide la tendencia a confiar que los otros son potencialmente buenas personas. Suele ser una variable estable, salvo cuando se vivieron situaciones inconclusas traumáticas pendientes de trabajar.

Sinergia mide la capacidad de percibir los opuestos como complementarios y necesarios entre sí, y también mide la capacidad de aceptar diferencias con otras personas. Suele aumentar con el proceso madurativo y con terapia.

ÁREA DE LA PERCEPCIÓN DE OTROS			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Naturaleza Constructiva	Inicio	69,47	0,116
	Final	71,88	
Sinergia	Inicio	73,50	0,045
	Final	79,06	



En esta área el gráfico evidencia diferencia significativa en la subescala “sinergia”



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

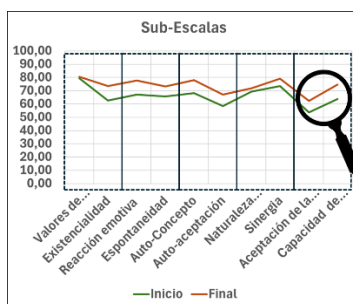
Personería Jurídica N° 29.251

ÁREA DE LA SENSIBILIDAD

Aceptación de la agresión mide la capacidad para aceptar la propia agresión como parte natural y necesaria de la vida. Tal como lo expresa Fritz Perls en Sueños y Existencia *“La agresión no es sinónimo de destructividad. Es el proceso activo de apropiarse del ambiente, de ‘morderlo’, desmenuzarlo y digerirlo para poder asimilarlo. Sin agresión no hay crecimiento, ni cambio verdadero.”* Suele aumentar con terapia

Capacidad de contacto íntimo mide la capacidad de establecer relaciones significativas con otras personas, en las que el compromiso de autenticidad, el respeto y el afecto, son los elementos que las hacen significativas. Suele aumentar con terapia.

ÁREA DE LA SENSIBILIDAD			
Variable	Grupos	Media	P val <0,05
Aceptación de la agresión	Inicio	53,85	0,000
	Final	62,46	
Capacidad de contacto íntimo	Inicio	63,87	0,000
	Final	74,73	



Y por último aquí observamos en esta área que en ambas subescalas hay diferencias significativas.

CONCLUSIONES.

El aumento en las escalas generales indica que se incrementó la capacidad de introspección. En las subescalas que suelen ser más estables, “valores de autorrealización” y “naturaleza constructiva”, no se observan diferencias significativas. El aumento de la variable “reacción emotiva” indica que durante el proceso formativo disminuyeron las resistencias. Y el aumento significativo de las



Directores
Dr. Carlos M. Gatti
Lic. Nora A. Guinsburg

Personería Jurídica N° 29.251

variables que aumentan con terapia, “existencialidad”, “espontaneidad”, “autoconcepto”, “autoaceptación”, “sinergia”, “aceptación de la agresión” y “capacidad de contacto íntimo”, evidencian que el trabajo profundo sobre sí generó transformaciones en este grupo de aprendices.