

figura/fondo

## **TERAPIA GESTÁLTICA GRUPAL**

---

**Paco Peñarrubia (\*)**

### **RESUMEN**

---

Exposición de dos modelos clásicos de trabajo gestáltico grupal: gestalt **en** grupo y gestalt **de** grupo, representados por Fritz Perls y la escuela de Cleveland respectivamente.

Síntesis del autor, denominada gestalt grupal, entendida como fase de no-directividad (escuchando los fenómenos grupales para los que propone el “mapa” de Bennis y Shephard) y fase de intervención (con trabajos individuales y experimentos grupales).

Desarrollo del concepto de experimento colectivo.

---

Hablar de Psicoterapia Gestáltica hace pensar casi inevitablemente en grupos, porque éste era el encuadre favorito de su creador, Fritz Perls, cuya época de esplendor (sesentas) coincide también con la eclosión de los grupos en la cultura humanista, en la que él tuvo una influencia decisiva y una responsabilidad innegable.

Sin embargo no podemos afirmar con rigor que el grupo gestáltico sea una terapia *de* grupo, sino más bien una terapia *en* grupo.

En la tradición psicoanalítica nos encontramos con una polémica muy similar. Hay psicoanálisis en grupo, donde se analiza a los pacientes como si estuvieran aislados y tomados de uno en otro (Woli y Schawart); hay psicoanálisis del grupo, donde se psicoanaliza al propio grupo como si se tratara de un solo paciente (Ezriel y Bion); y por último hay grupoanálisis, que analiza simultánea y globalmente al individuo y al grupo (Campos, 1980. Pág. 39).

---

(\*) **Paco Peñarrubia.** Psicólogo. Psicoterapeuta. Director del CIPARH. C/Corredera Baja de S. Pablo, 53 – 1º Centro. 28004. Madrid. (91) 532 61 41

## **GESTALT EN GRUPO**

---

En la tradición gestáltica contamos con dos modelos básicamente: uno viene del psicoanálisis, lo encarna Perls (a quién Claudio Naranjo define, entre otras cosas, como un neofreudiano) y al que, como dije antes, podríamos denominar "gestalt en grupo".

En su época californiana Perls había abandonado la terapia individual y enfatizaba la eficacia del encuadre de tipo grupal sobre el individual porque actuaba de manera más contundente en las resistencias del paciente. Algo así como que el individuo puede defenderse mejor de las intervenciones del terapeuta individual (cuando éste frustra las evitaciones de su paciente e intenta confrontarlo con su falsedad) pensando, por ejemplo, que son "cosas del terapeuta". Esto mismo difícilmente ocurrirá en grupo: no se puede descalificar lo que están viendo docenas de ojos que coinciden en señalar los juegos neuróticos del individuo que trabaja en ese momento en el centro del grupo.

Perls trabajaba habitualmente así, en una especie de sesión individual ante el grupo, utilizando a éste como una comparsa muy especial, puesto que se convertía en un resonador energético del trabajo que se estaba desarrollando en el centro. Algunos conciben este estilo heredado de Perls y habitual entre los gestaltistas, como una prolongación de la personalidad autoritaria de su creador, que conllevaría un cierto desprecio de los recursos del grupo.

No comparto esta crítica, y cualquiera que haya experimentado esta manera de trabajar en grupo coincidirá en que los niveles de implicación, de compromiso y de autenticidad que se dan en esa "sesión", son netamente superiores a la sesión individual, posiblemente por la magia de ese "aquí y ahora", que es la condición de la filosofía existencial: el individuo en un contexto irrepetible y puntual, o dicho en términos de la Teoría de la Gestalt o Psicología de la forma: el grupo como fondo y el paciente/terapeuta como figura o primer plano.

Y recordemos que fondo y figura son *inseparables* en lo que respecta a la percepción.

Es cierto que Perls, que tanto insistió en la autorregulación orgánica como sinónimo de la salud personal, no tenía la fe de Rogers en la autorregulación del propio grupo, al que bastaba "dejar ser" para que se convirtiera en un agente curativo, más allá de la figura de conocimiento o

figura/fondo

de poder que represente el terapeuta (al que Rogers llamaba precisamente "facilitador" de ese proceso), a diferencia del modelo médico del terapeuta.

La personalidad arrolladora de Perls introdujo un modelo de terapeuta más directivo, susceptible de ser entendido como excesivamente poderoso, pero también podemos entenderlo como el más profundamente respetuoso, puesto que apoyar al paciente más allá de los mínimos es infantilizarlo, es no respetar que él eche mano de su propio autoapoyo. Así es que el estilo de Fritz era facilitador en el sentido más duro de la palabra, es decir, dificultando lo neurótico e invitando al vacío, a ese espacio del centro del grupo que llamamos: "silla caliente" como eufemismo de "silla eléctrica".

Al final de sus días Perls ni siquiera creía ya en el grupo terapéutico convencional, sino que propugnaba la comunidad terapéutica, el "Kibbutz gestáltico" donde la convivencia y la propia vida serían los factores de aprendizaje de la gestalt como filosofía de vida.

Si bien dije que este estilo perlsiano viene del psicoanálisis (en el sentido de que el psicoanálisis grupal estaba muy poco desarrollado en los años 20-30, época de su formación analítica) también creo que este uso del grupo, es herencia del aprendizaje teatral de Perls con el gran director alemán Max Reinhardt (Peñarrubia, 1990. Págs. 13-18)

El grupo como fondo o comparsa tiene muchas resonancias con el coro teatral, tan importante en la tragedia griega, y al que Reinhardt dedicaba especial atención como contrapunto subrayador, contrastador, etcétera de la acción central. El coro-grupo así entendido es el contexto del trabajo del "protagonista": este coro a veces pone la palabra de la sociedad, a veces la voz de los dioses (como alter-ego psicodramático), a veces se contagia de la emoción y encadena la siguiente sesión en el centro, a veces es utilizado como recurso de espejos proyectivos para quien está trabajando.

Los trabajos de Fritz que nos han llegado registrados en vídeo, nos lo muestran en muchas ocasiones, como un magistral director de escena que saca el máximo partido del grupo y del individuo en una inter-relación tan sutil como poderosa para su finalidad terapéutica: ampliar la conciencia interna y externa.

Ruth C. Cohn llama también a este estilo "método del coro griego" como definición de la terapia de grupo gestáltica que hacía Perls. Ella ha investigado con cinco modelos de interacción grupal: el psicoanalítico, la terapia experiencial, el grupo T, su propio método al que llama "interacción centrada en un tema" y la terapia gestáltica así entendida.

Descubrió que:

*"Invariablemente los grupos exhibieron la mayor participación personal en el laboratorio de terapia gestáltica, pese a que la mayor parte del tiempo eran espectadores más que participantes en interacción. La observación del diálogo dramático terapéutico tenía mayor repercusión que la interacción personal" (Cohn, 1973. Págs. 135-143)*

## **GESTALT DE GRUPO**

---

El otro estilo gestáltico de trabajo grupal procede de la Psicología de la Forma y se encarna en el modelo de Cleveland.<sup>1</sup>

Laura Perls conocía bastante mejor que Fritz las teorías de la Psicología de la Gestalt o de la forma, uno de cuyos postulados básicos es que "el todo es más que la suma de las partes". Parecería una consecuencia lógica aplicar este principio al grupo, cosa que Fritz no hizo, pero que sí han desarrollado Laura y la escuela de Cleveland en un modelo concreto que formuló Elaine Kepner, en los años 70 (Kepner, 1980). Aquí al grupo se le mira con una doble atención: enfocando el desarrollo de los individuos en el grupo e, ininterrumpidamente, el desarrollo del grupo como un sistema social. Es una síntesis entre la gestalt individual y la dinámica de grupos lewiniana. Este modelo afirma que el grupo pasa por cuatro fases denominadas: fase de *Identidad* (que remitiría a la pseudoidentidad o dependencia), fase de *Influencia* (que alude a los fenómenos de autoridad, normas, etcétera y nos remitiría a la contradependencia), fase de *Intimidad* (que alude a las interacciones grupales, a la interdependencia) y por último la fase de *Cierre* (que alude a la recogida de la experiencia).

Este modelo resuena inevitablemente con el enfoque grupo-analítico de Foulkes que, como ya dije, analiza simultáneamente al individuo y al grupo, y quien hace el análisis es el propio grupo, al que como uno más, pero con características distintas, pertenece el terapeuta como miembro.

Personalmente prefiero el esquema foulkiano, es más, me parece que es el modelo "gestáltico" por excelencia según la Psicología de la Forma. Si

---

<sup>1</sup> Una de las Escuelas más reconocidas de formación gestáltica, fundada en los años 50 por Fritz Perls y su esposa Laura, es el máximo exponente de la llamada "Gestalt de la Costa Este" cuyos intereses se han centrado en la sistematización teórica, frente a la "Gestalt Californiana" más interesada en el desarrollo de la intuición.

figura/fondo

alguna deuda tiene la Terapia Gestalt con dicha Psicología (en el caso de Fritz, desde luego que ninguna).

Foulkes sería la línea más directa en lo que se refiere a grupos. Foulkes, que era alemán aunque desarrolló sus teorías grupales en Inglaterra, colaboró estrechamente con Kurt Goldstein adscrito a la escuela de la gestalt, con quien también trabajó Fritz Perls en Frankfurt, siendo su ayudante de 1926 a 1927. Siguiendo con las coincidencias, diremos que Foulkes se analizó con Helena Deutsch, que también fue la supervisora de los primeros pacientes de Perls en Viena.

El abordaje de Foulkes representa una excelente síntesis del psicoanálisis y la dinámica de grupos (Foulkes siguió con interés los estudios de Lewin en América, otra rama de aquella Psicología de la Gestalt, dedicada ahora a la investigación de la dinámica de los grupos pequeños). El modelo foulkiano recoge la tradición analítica respecto al grupo, es decir, un especial énfasis en la comprensión de los fenómenos respecto a la autoridad, cosa que apuntó Freud y desarrolló Bion. A su vez, el terapeuta como un miembro más del grupo resuena con el enfoque rogeriano y apoya el poder terapéutico del propio grupo. Su modelo alude a cuatro fases de la historia del grupo, encadenadas en una secuencia: *Conformidad-Autoridad-Dependencia-Cambio*, pudiendo primar cualquiera de estas fases en cualquier momento del grupo.

La *Conformidad* recoge aquello que Kepner llama "identidad", es decir, los fenómenos grupales que surgen de la tensión de adecuación del individuo a las normas y cultura del grupo. *Autoridad* que refleja tanto las relaciones con la autoridad instituida (el terapeuta) como el propio poder personal que va desarrollándose a lo largo de la historia del grupo. *Dependencia*, que señala los fenómenos de rebeldía y de frustración de expectativas depositadas en un terapeuta omnipotente y por último los procesos de maduración que recoge la fase de *Cambio*.

Como explicación de los fenómenos grupales, que son el resultado de la dinámica de los individuos y del grupo, me resulta más sugerente la formulación de Foulkes que la de Kepner, en parte porque actualiza y recoge la literatura psicológica tradicional sobre grupos y en parte porque sintetiza coherentemente los aportes de la Psicología de la Gestalt, de la Dinámica de Grupos de Lewin, del Psicoanálisis e incluso de la Sociología: en los años de Foulkes en Frankfurt, el Instituto Psicoanalítico compartía el edificio (e incluso actividades comunes) con el instituto de Sociología o Escuela de Frankfurt que nutrió a pensadores de la talla de Adorno, y W. Benjamín. En uno de los pocos textos castellanos sobre grupos y Gestalt, Marta Atienza (Atienza, 1987) resuena con Foulkes cuando alude a que la

dinámica del grupo atraviesa períodos de desorganización (*conformidad*), de voracidad dependiente y de condenación (*dependencia, autoridad*) así como períodos expansivos y elaborativos (*cambio*).

Aparte de los modelos teóricos de referencia, que, como hemos visto, son bastante similares, lo que va a diferenciar más a un terapeuta grupoanalítico y a un gestaltista es la manera de hacer. Generalmente el gestaltista es más directivo, interviene más en la actividad del grupo, proponiendo (y a veces participando en...) experiencias, ejercicios, juegos y experimentos grupales que involucren a la totalidad de los miembros. No atiende tanto a los conceptos de transferencia y resistencia, sino a la autenticidad y franqueza de las comunicaciones y las conductas, "haciendo mayor hincapié terapéutico en la singularidad y espontaneidad del individuo en la interacción grupal", como Ruth C. Cohn señala, propio del terapeuta experiencial.

## **GESTALT GRUPAL**

---

Según vamos viendo, en terapia gestalt se trabaja con grupos de muy diversas maneras, casi siempre en función del estilo personal del terapeuta.

Puede ser una sucesión de trabajos individuales (a la manera clásica de Perls). Pueden ser propuestas de trabajo en subgrupos (parejas, tríadas...) dirigidos a la exploración del aquí y ahora o a la indagación de asuntos inconclusos de cada persona; Claudio Naranjo (1990) ha desarrollado eminentemente esta especialidad, entre otras, como una forma de autoterapia o terapia autogestionada dentro del grupo, transmitiendo una profunda fe en el valor curativo de la interacción relacional, en un clima de transparencia y confianza y donde el terapeuta es más un "supervisor" de las tareas del subgrupo, ya que son los propios miembros, quienes se acompañan, aportando su presencia y su escucha más neutra, sin juegos "sociales" o manipulatorios.

Pueden ser ejercicios propuestos al grupo (fantasías dirigidas, juegos, etc.) cuya capacidad movilizadora suscite material para trabajar después individualmente (Castanedo, 1990. Págs. 127,184) adoptando aquí el terapeuta, un rol más activo y apriorístico.

Mi forma característica de trabajar con grupos ha ido cambiando con el tiempo. En la actualidad podría definirla como una polaridad entre no directividad e intervención, con lo que cada uno de estos aspectos

figura/fondo

conlleva.

**A.** Desde la No-Directividad atiendo especialmente a lo que el grupo expresa de muy diferentes maneras: verbal y gestualmente, en la distribución del espacio, en el sentido, en el silencio, en el tono de la voz, en el código del lenguaje (personal e impersonal, etc.). Esta escucha actitudinalmente neutra, que significa algo más que atención flotante freudiana o la empatía rogeriana, y que en gestalt podría traducirse por presencia completa, considero que es la cualidad básica del buen terapeuta y que permite la comprensión del grupo o del paciente como si de un libro abierto se tratara.

A esta escucha le dedico el tiempo inicial (que pueden ser horas si se trata de un grupo intensivo al estilo de taller de fin de semana) que durará más o menos en función del material que aparezca y de mi propia habilidad para captarlo. En estas secuencias no directivas suelen emerger los fenómenos de grupo que han recogido todos los modelos clásicos: Bion, Foulkes, Lewin, Bales, etc., y que creo que el esquema de Bennis y Shepard (Bennis y Shepard, 1956. Págs. 415-437) aglutina en forma abarcadora y comprensiva este esquema, que me parece uno de los mapas más útiles, con tal de que no confundamos al mapa con el territorio, viene a decir, en síntesis, que el proceso de un grupo tiene dos ciclos o fases por las que pasa.

La primera tiene que ver con lo que llaman *Dependencia* y se refiere a todos los asuntos con la autoridad. La segunda, denominada *Interdependencia*, tiene que ver con los asuntos de intimidad entre los miembros del grupo. Es como si la línea vertical que inauguró Freud al hablar de que la psicología del grupo atañe a la identificación de cada miembro con el padre-terapeuta, y que desarrolló Bion a través de sus supuestos básicos de Dependencia, Lucha-Fuga y Emparejamiento, (por no repetir lo que tanto Foulkes como Kepner señalan al respecto, aquí se combinara con la línea horizontal que atañe a los vínculos afectivos entre los propios componentes del grupo.

Estos dos ejes, vertical y horizontal, van a definir el proceso del grupo, es decir, su resolución de los conflictos de poder por un lado y los del amor por otro. Lo que Bennis y Shepard afirman, y mi experiencia en grupos lo corrobora, es que hasta que no se resuelvan los conflictos con la autoridad (fase de Dependencia) no afloran en el proceso grupal los fenómenos más claramente afectivos (fase de interdependencia).

Este mapa explica la evolución de cada fase en términos dialécticos: situación de partida, desequilibrio-conflicto y solución o nueva situación

de equilibrio. Paralelamente tiene en cuenta la tipología de los miembros del grupo según se manejan con el poder y con los afectos, de forma que, en lo que se refiere a la autoridad hay personas dependientes, contradependientes e independientes (y esta actitud de independencia, aparte de que haya personas más maduras en todo grupo, es la meta precisamente del proceso terapéutico grupal); en lo que se refiere a la intimidad y el amor, hay miembros *sobrepersonales* (que establecen lazos afectivos de forma compulsiva), *contrapersonales* (fóbicos al contacto) y *personales* (aquellos que diríamos en gestalt que contactan y se retiran adecuadamente).

Todos estos factores operan dinámicamente en la vida de un grupo y explican los pasos y cambios que van ocurriendo en su historia. Así es que la mayoría de los grupos parten de una situación de dependencia donde se depositan poderes casi mágicos en el terapeuta, actitud ésta que representarán mejor los individuos más dependientes que suelen ser los líderes de este momento grupal; en la medida en que el terapeuta no hace un uso narcisista de estos poderes que le han proyectado, sino que los va devolviendo a sus legítimos dueños, los miembros del grupo, sobreviene un momento de conflicto y desequilibrio (denominado subfase de *Contradependencia-lucha*, tan afín al concepto de lucha-Fuga en Bion), situación de destete que suele ser vivida dramáticamente y donde las rivalidades entre los miembros del grupo apoyan los liderazgos más rebeldes, los caudillajes contradependientes y el resentimiento contra el terapeuta por su "abandono", por no ser Dios y no secundar la demanda neurótica del grupo.

Esta situación va evolucionando hacia su solución, ya que los miembros del grupo van madurando a través de estos conflictos, con la ayuda de las personas más independientes que jugarán el papel más importante en este momento grupal y que ayudarán a superar la ambivalencia hacia la autoridad, percibiéndola más objetivamente, como alguien con mayor experiencia y conocimientos, pero un ser humano como ellos. Este pasaje por los infiernos cristaliza en una mayor madurez del grupo, una actitud de autorresponsabilidad y un reconocimiento del propio poder personal.

En lo que respecta a la fase de interdependencia o dinámica de los afectos interpersonales, el grupo parte igualmente de un equilibrio engañoso, (denominado *Encantamiento*) pero necesario después de los conflictos que han sufrido: algo así como "no volvamos a otra crisis capaz de deshacernos, forcemos el acuerdo y el entendimiento, amémonos", representada en especial por los miembros sobrepersonales. Esta tregua se revela antes o después insatisfactoria, porque reprime las individuales y las legítimas diferencias.



figura/fondo

El equilibrio se rompe de la mano de los miembros más contrapersonales y el grupo entra de nuevo en una situación de conflicto: amores y odios, alianzas y rupturas... y todo aquello que tiene que ver con la ambivalencia hacia la necesidad/negación de amor y calor. Esta subfase, denominada *Desencanto*, igualmente dramática, evoluciona hacia su solución, donde primarán las actitudes más personales y maduras a este respecto, capaces de apoyar lo auténtico de los demás y de ilustrar lo neurótico o manipulador sin descalificar por ello a la persona total.

El esquema aquí resumido me parece uno de los que mejor explican los avatares de la historia de un grupo y el cambio de actitudes a que da lugar y que son un sinónimo de curación o salud. Aun manejándome con este mapa cognitivo, sólo la escucha atenta y la mínima directividad me pueden proporcionar la comprensión del momento puntual en que se mueve el grupo.

<b>FASE: Dependencia</b>	<b>Miembros</b>	
<b>Subfase 1:</b> Dependencia-Huída	<i>Dependientes</i>	FENÓMENOS DE AUTORIDAD-PODER
<b>Subfase 2:</b> Contradependencia-Lucha	<i>Contradependientes</i>	
<b>Subfase 3:</b> Solución- Catarsis	<i>Independientes</i>	
<b>FASE: Interdependencia</b>	<b>Miembros</b>	
<b>Subfase 1:</b> Encantamiento-Huída	<i>Sobrepersonales</i>	FENÓMENOS DE INTIMIDAD-AMOR
<b>Subfase 2:</b> Desencanto-Lucha	<i>Contrapersonales</i>	
<b>Subfase 3:</b> Solución- Consenso	<i>Personales</i>	

**B.** A partir de aquí entiendo cuándo mi intervención puede ser útil y facilitadora. Intervenir significa a veces señalar los aspectos fenomenológicos observados, devolver lo obvio que el grupo no percibe, no se "Da Cuenta" o se percata.

La señalización gestáltica trata de no caer en un "acercadeísmo" ("aboutism", expresión de Perls que denuncia la palabrería, el hablar acerca de algo, defendiéndose de vivenciarlo) sino más bien invitar a la experiencia. Esto puede desembocar frecuentemente en un trabajo individual al estilo de lo que llamé "gestalt en grupo", con las ventajas situacionales ya señaladas:

*"Lo que el grupo posibilita más que la sesión privada es que para todo el grupo es obvio que la persona angustiada no ve lo obvio, no ve la forma de salir del impasse, no ve (por ejemplo) que la mayor parte del sufrimiento es pura imaginación. Frente a esta convicción colectiva del grupo, el paciente no puede usar su habitual conducta fóbica, consistente en renegar del terapeuta cuando no logra manipularlo. De alguna manera, la confianza en el grupo parece ser mayor que la confianza en el terapeuta, a pesar de toda la así llamada confianza transferencial." (Perls, 1978. Pág. 25)*

El trabajo individual ocupa muy a menudo el lugar del "emergente grupal", es decir, permite que aflore en forma de conflicto personal lo que sería conflicto grupal.

En este sentido suelo ser yo el que selecciona qué trabajo hacer, invitando a unos y no a otros a explorar en el centro ese asunto que estén manifestando. Otras veces, de forma espontánea y ante la pregunta "¿Quién quiere trabajar?". La persona que se ofrece, acaba mostrando un retrato puntual y simbólico de lo que pasa en el grupo y entonces soy yo quien lo extrapola y lo explicita al grupo. Esto fomenta que el feedback del grupo sea más comprometido y autorresponsable y da lugar a un encadenamiento de trabajos individuales que son acumulativos respecto al nivel de apertura y conciencia del grupo, lo cual viene a suscribir de forma aparentemente paradójica aquello de que *el todo es más que la suma de las partes*.

La segunda intervención por excelencia es el experimento. Los Polster (1976) señalan que los tres principios gestálticos aplicables al trabajo con grupos son *la oportunidad de crear experimentos* junto con *la toma de contacto* y *la toma de conciencia* (awareness). También Perls alude al grupo como espacio de experimentación:

*"Hay otras ventajas al trabajar con un grupo. Gran parte del desarrollo individual puede ser facilitado haciendo experimentos de retirada, o aprendiendo la importancia de la atmósfera, o mostrando a la persona en el lugar mismo cómo aburre colectivamente, hipnotiza o divierte al entorno. En la pena o situaciones de similar carga emocional, ocurren frecuentemente reacciones en cadena. El grupo aprende pronto a entender la diferencia entre ayudar con buenas intenciones y el verdadero apoyo." (Perls, 1978. Pág. 25)*

Podríamos generalizar que el espacio que en el grupo psicoanalítico ocupa la interpretación, en el grupo gestáltico lo ocupa el experimento, ya que

figura/fondo

cuando el terapeuta propone un determinado juego, ejercicio o experimentación improvisada en el momento, parte de una hipótesis acerca de lo que está pasando y precisamente propone ese trabajo colectivo para explorar, para ampliar la conciencia, para que el grupo se percate más y mejor de lo que ocurre. En rigor esto no es tanto una interpretación sino una organización selectiva de lo fenomenológico que el terapeuta observa y devuelve estructurado al grupo para que juegue y lo vivencie.

Hay ejercicios colectivos clásicos en gestalt cuya probada eficacia los hace especialmente útiles dependiendo el momento:

- *Rondas grupales*: donde cada cual expresa su percepción de los otros, haciendo hincapié en lo negativo (lo que Claudio Naranjo denomina "reducción del ego", entendiéndolo que aquí "ego" se refiere a la falsa personalidad, tal como se entiende en las tradiciones espirituales), en lo positivo o en ambas cosas. Este tipo de juego pone de relieve una de las mayores ventajas del grupo: la multiplicación de espejos proyectivos, es decir, la situación grupal favorece que cada persona deposite en los demás miembros del grupo, aspectos propios rechazados y precisamente porque explicita estas proyecciones puede volver a apropiárselas y recuperar lo suyo enajenado en los otros.
- *Juegos de acercamiento/distanciamiento*: donde cada cual puede experimentar sus temores y deseos de contacto con los otros.
- *Fantasías dirigidas*: donde el terapeuta puede proponer imágenes significativas que amplifiquen la conciencia emocional del momento grupal. A veces son de corte regresivo: fantasías de vuelta a la infancia para recordar y vivir asuntos emocionales inconclusos. Puede ser proyecciones en el futuro, para tantear los aspectos motivacionales, las metas de autorrealización y denunciar las paralizaciones que hacen que en el presente el grupo no se haga responsable de sus legítimas necesidades. Otras veces ayudan a jugar a favor de las resistencias para desarticular de forma simbólica lo defensivo: alentar la evitación, refugiándose en fantasías gratificantes y luego volver con más fuerza y seguridad a enfocar lo conflictivo donde antes se atascó el grupo.

Por lo general, y según he constatado en mi experiencia, *es la escucha atenta* lo que va a devenir en experimentos nuevos y creativos adecuados al momento. Lo que he observado con frecuencia es que en los momentos de crisis con la autoridad (la situación de desequilibrio dentro de la fase de dependencia), el grupo tiende a paranoizarse y resultan especialmente

eficaces los experimentos que faciliten la expresión de la agresión: explicitar las rivalidades entre líderes, confrontar los subgrupos en pugna, recuperar las proyecciones puestas en los otros, enfrentarse a la autoridad del terapeuta, afirmarse asertivamente, exagerar la rebeldía y la sumisión, expresar las demandas de necesidad, peleas de cojines, enfrentamiento de "machos" por las mujeres, etc.

En la fase de crisis afectiva (aquello que citamos como Desencanto durante la fase de Interdependencia) los fenómenos más susceptibles de experimentación son aquellos que tienen que ver con la identidad (quién soy yo ante los otros), con el temor a expresar rechazos y atracciones, con los fantasmas de erotización, con las dificultades de pedir, dar y recibir amor, las rivalidades y alianzas con el propio sexo frente al sexo opuesto, la confianza y la aceptación, experimentar y atravesar el temor a ser "engullido" por el grupo, etc.

También quiero expresar la riqueza de propuestas experimentales que surgen del propio grupo, experiencia ésta que tengo muy constatada en los grupos de creatividad, o grupos de crecimiento humano coordinados con técnicas creativas. En estos grupos, suelo trabajar en la despenalización de lo neurótico precisamente para que aflore, para que se favorezca la toma de conciencia y para transformar esos aspectos neuróticos en herramientas creativas para la vida. El clima de transparencia que suele darse en este tipo de grupo, favorece que sea el propio grupo quien proponga los experimentos a desarrollar y siempre acabo asombrándome de lo atinado, rico y poderoso de esas propuestas que, obviamente, aliento a jugar y vivenciar.

Este asombro, sorpresa y agradecimiento puedo reconocerlo en general en mi trabajo con grupos y es el acicate que me motiva después de tantos años. Sin menoscabo de la terapia individual, el grupo me moviliza más dinámicamente y aporta al proceso del cliente el mejor laboratorio para el ensayo de nuevas conductas y el mejor sistema de espejos dónde reconocerse.

## **BIBLIOGRAFÍA**

---

**ATIENZA, M.** (1987). *ESTRATEGIAS EN PSICOTERAPIA GESTÁLTICA. "Grupos, Parejas y Dinámica Gestáltica"*. Nueva Visión. Buenos Aires.

**BENNIS Y SHEPARD.** (1956). "A Theory of Group Development", *HUMAN RELATIONS* 9.

**CAMPOS, J.** (1980). "Psicoanálisis, Prosicoanalistas y Psicoterapias Grupales", en Campos, Peñarrubia y otros: *PSICOLOGÍA DINÁMICA GRUPAL*. Fundamentos. Madrid.

**CASTANEDO, C.** (1990). *GRUPOS DE ENCUENTRO EN TERAPIA GESTALT*. Herder. Barcelona.

**COHN, R. C.** (1973). "Terapia de grupo psicoanalítica, experiencial y gestáltica", en Fagan y Shephard: *TEORÍA Y TÉCNICA DE PSICOTERAPIA GESTÁLTICA*. Amorrortu. Buenos Aires.

**KEPNER, E.** (1980). "Gestalt Group Process", en Fender y Ronall: *BEYOND THE HOT SEAT. GESTALT APPROACHES TO GROUP*. Brunner-Mazel. Nueva York.

**NARANJO, C.** (1990). *LA VIEJA Y LA NOVÍSIMA GESTALT*. Cuatro Vientos. Santiago de Chile.

**PEÑARRUBIA, P.** (1990). "Fritz Perls y el teatro: Max Reinhardt". Boletín A.E.T.G., No. 11, noviembre. (Publicación de la Asociación Española de Terapia Gestalt.).

**PERLS, F. J.** (1978). "Terapia de grupo versus Terapia individual", en John Stevens: *ESTO ES GESTALT*. Cuatro Vientos. Santiago de Chile.

**POLSTER, E. y M.** (1976). *TERAPIA GESTÁLTICA*. Amorrortu. Buenos Aires.

