
FORMACIÓN
en
TERAPIA GESTALT

ESCUELA del
TALLER DE GESTALT
de BARCELONA

Albert Rams y Cristina Nadal
Directores de la Escuela

Secretaría:
c/ Carme, 34, 1º 2ª - 08001 BARCELONA - Tel/fax 93 301 74 72
Lunes, martes y miércoles de 16h a 19h.

ÍNDICE

1) La Terapia Gestalt.....	pág. 3
2) Formarse en Gestalt.....	pág. 4
3) La Escuela del Taller de Gestalt de Barcelona. Cómo trabajamos.....	pág. 8
4) Resumen del Programa.....	pág. 11
5) Staff Docente.....	pág. 15
6) Convocatoria de la 11ª Promoción (2013-2016). Año 2012: Pre-formación.....	pág. 17

ANEXOS :

I) Memorias y encuentros de devolución de feed-backs....	pág. 18
II) Impreso sobre las memorias para los encuentros de devolución de feed-backs	pág. 20
III) Formulario para la primera entrevista.....	pág. 21

1) LA TERAPIA GESTALT

Artículo de Paco Peñarrubia publicado por la AETG (Asociación Española de Terapia Gestalt)

Este enfoque terapéutico fue creado por Fritz y Laura Perls, matrimonio alemán que sintetizó, a lo largo de los años 50 y ya en Estados Unidos, sus influencias respectivas: el psicoanálisis en el caso de Fritz (1893-1970), psiquiatra formado con Clara Happel, Wilhelm Reich y Karen Horney entre otros, y la Psicología de la Gestalt o de la Forma en el caso de Laura (1905-1990), aunque pueden rastrearse otras muchas influencias más o menos implícitas: el teatro y el psicodrama, el pensamiento fenomenológico y existencialista, el zen, etc.

Encuadrada en el movimiento de la Psicología Humanista, la Terapia Gestalt comparte con dicho movimiento la visión esperanzada del ser humano que tiende a su autorrealización, no como individuo patologizado sino con recursos saludables para su desarrollo óptimo en el aquí y ahora; un tiempo presente y puntual, despojado de absolutos e inmerso en una situación interrelacional con los otros y con el mundo.

La Terapia Gestalt, más que una teoría de la psiquis, es un eficaz abordaje terapéutico y una filosofía de vida que prima la consciencia (*awareness*, darse cuenta), la propia responsabilidad de los procesos en curso y la fe en la sabiduría intrínseca del organismo (la persona total que somos) para auto-regularse de forma adecuada en un medio cambiante.

Antepone la espontaneidad al control; la vivencia, a la evitación de lo molesto y doloroso; el sentir, a la racionalización; la comprensión global de los procesos, a la dicotomía de los aparentes opuestos... Y requiere del terapeuta un uso de sí como instrumento (emocional, corporal, intelectual) que transmita una determinada actitud vital en vez de practicar únicamente una técnica útil contra la neurosis.

En la historia de la Gestalt norteamericana ha habido dos corrientes, a veces más contrapuestas de lo deseable: la llamada Gestalt de la Costa Este (New York, Cleveland), más interesada en la sistematización teórica, y la de la Costa Oeste (Esalen, California) que, en palabras de Claudio Naranjo, define la Gestalt como un intuicionismo que se reconoce como tal. Ambas están representadas en España: la primera, esencialmente en Valencia (a través de Jean Marie Robine) y la segunda en el resto del estado, ya que los introductores más significativos de la Gestalt en España corresponden a esa corriente (Ronnie Felton en los principios barceloneses, Adriana Schnake y Claudio Naranjo en Madrid y otros lugares).

2) FORMARSE EN GESTALT

Artículo de Albert Rams publicado por la AETG, que hemos revisado, ampliado y actualizado para incluirlo en el presente dossier.

Formar-se en Gestalt podemos entenderlo, aunque suene paradójico, casi casi como un re-formarse o como un de-formarse.

Deformarse, porque la experiencia de esos cuatro años de formación suponen para muchas personas un dejar caer sus ideas y preconcepciones sobre sí mismas. Como los metales rígidos y fríos que, en contacto con cierto grado de calor, se funden en un magma que es capaz de tomar, en las manos del forjador, la forma adecuada a su uso pertinente en el presente.

El proceso de entrenamiento es un encuentro, esencial a veces, con lo que uno decidió no-ser, con la identidad negada; y también con lo que el estudiante se va encontrando, finalmente, que va siendo como persona, como formando y como profesional. Un trabajo de autoconocimiento como individuo-en-contacto, salpimentado de técnicas, teorías, estrategias y aprendizajes de intervenciones. Un trabajo que tiene como objetivo principal, nos parece, buscar lo más genuino de uno mismo, y convertirlo en estilo de intervención con el otro; sea éste otro persona, pareja, familia, grupo, institución o entidad.

En esa búsqueda de lo más genuino de uno mismo para, como decimos, convertirlo en el instrumento esencial del trabajo como terapeuta gestáltico, el alumno suele encontrar generalmente **un asunto que tiene dos caras**, como en el mito de Jano. Una de las caras corresponde **al carácter**, a la patología fundamental de la persona, al disfraz que elegimos para dejar de sencillamente-ser en su día, cuando estábamos construyéndonos como personas. El carácter es también el color y la estructura de las lentes que nos ponemos, muchas veces sin darnos cuenta, para ver el mundo. De tal manera que el futuro profesional, si no es consciente de ese aspecto, tenderá a confundir sus propias manías con verdades como puños; tenderá a seleccionar interesadamente aquellas teorías que más le convienen para confirmar o desmentir éste o aquél guión neurótico personal, llamando a eso su ideología psicoterapéutica o su adscripción de escuela; tenderá, finalmente, a confundir al paciente o cliente con el objeto interno que necesita para que su mundo perceptivo no se desestabilice, pero lo borrará como persona, como "tú", como alguien con vida propia llena de tantas sorpresas como uno sea capaz de admitir.

La otra cara del mismo asunto es **ese mismo carácter transformado** o destilado, a través del trabajo personal necesario para quitarse de encima todo el lastre posible de la historia y de la biografía, de tal manera que, como decía Perls, uno pueda reaccionar a la situación presente como situación presente que es (actual, real), y no en función de la escena que uno está superponiendo según los asuntos inconclusos que llevamos en la mochila de la patología.

Este trabajo de transformación y puesta a punto, de conversión del veneno en remedio como decían los antiguos, es con toda probabilidad **el punto esencial de todo el proceso formativo**. En la medida en que el estudiante lo vaya consiguiendo, será capaz de ofrecer al otro (persona, pareja, grupo) una presencia limpia, diáfana, que se convierte de esa manera en la más poderosa de todas las técnicas profesionales.

La formación en Gestalt supone también un **re-formarse**. Tener una “segunda oportunidad” para mirarse a uno-mismo-en-contacto-con-el-otro, como adulto que se acuerda de que una vez fue niño, aprendiendo a reconocer a la vez lo propio y lo ajeno; precisamente eso que entonces, como infante, no fue posible (!bastante tenía uno con sobrevivir o con conservar la salud...!). Si bien en nuestra escuela damos cabida y favorecemos la frescura y el desatasque de corsés y guiones preestablecidos que caracterizan la formación gestáltica, también es cierto que primamos el acceso a lo doloroso como camino para verificar experiencialmente aquella aseveración del fundador, de Perls, de que la enfermedad mental es (en sus diferentes grados y aspectos, la *neurosis colectiva* que como decía Wilhelm Reich todos padecemos) la evitación del dolor psíquico que lo transforma, paradójicamente, en sufrimiento crónico. No menos que para poder verificar también la identidad esencial entre el dolor y el amor, su unicidad estructural; y la profundidad anímica a la que uno accede al “pillar” ese asunto.

Formarse en Gestalt es, asimismo, **aprender una metodología de intervención psicosocial** que deja un importante y difícil espacio para atender laboralmente a quien es el profesional como persona, con lo patológico y con lo genuino, matrices ambas -reiterémoslo una vez más- de lo más creativo del alumno, y de todos nosotros.

Cuando a principios de los ochenta edificábamos aquel primer programa de formación de la AETG (Asociación Española de Terapia Gestalt)¹, hablábamos de la importancia de consolidar y de estructurar en un todo armonioso, en una verdadera gestalt, los **diferentes niveles o ámbitos que nos parecía tener lo formativo**. Es decir:

1) **Lo terapéutico, vivencial o experiencial**. Encontrarse, como venimos redundando, con uno mismo como persona, con los huecos y con los llenos, con los déficits y con los excesos; con la patología biográficamente asentada, y con el intento de asumirla y transformarla en un estilo único y personal de ser gestaltista y, más ampliamente, de ser terapeuta.

2) **Lo teórico**. Ponerle palabras a la propia experiencia como interventor en el otro, como acompañante de procesos; así como ponerle palabras al discurso del otro (en el sentido más amplio de la expresión) y, muy especialmente, a su estructura, a sus vínculos entre forma y contenido. Y contrastarlas, tanto con lo que los pioneros del enfoque -Fritz y Laura Perls, Simkin, Goodman, Zinker, los Polster, Naranjo y otros- han dicho sobre ello; como también ponerlas en relación con las principales teorías de lo psicoterapéutico (psicoanálisis, cognitivismo y enfoques sistémicos, otros enfoques humanistas, psicocorporales y transpersonales, etc...); y, más en general, con los enfoques de la relación, del servicio o de la ayuda.

¹ Rams, A. : “La formación del terapeuta humanista”, en Actas del Primer Congreso Nacional de Psicología Humanista. Barcelona. Noviembre de 1981.

3) **Lo técnico.** Reiterando el aforismo de los Polster², en Gestalt, “el terapeuta es su mejor herramienta”. Precisamente por eso, a la vez que uno se incorpora a sí mismo como instrumento, el proceso de formación quiere llevar al alumno a encontrarse con un arsenal de útiles. Para nosotros este arsenal deberá ser necesariamente limitado, porque entendemos que la primacía de la actitud aconseja no dispersar el proceso con variables metodológicas que, si bien aportan creatividad y amplitud de miras, pueden llegar a difuminar lo esencial; pero también intentamos rescatar la libertad de movimientos y de actitudes que el enfoque gestáltico otorga al profesional, y su consecuente riqueza de posibilidades técnicas, instrumentales y aplicadas.

Dicho de otro modo: si uno acierta a sintonizar con *cierta actitud* casi cualquier cosa puede ser convertida en una técnica eficaz, puesto que quien eso consigue sintoniza con ese asunto tan fundamental de la dualidad forma- vacío de la que hablan, entre otros, el budismo tibetano, la física cuántica o la matemática del caos³. En palabras más llanas, que toda técnica es una estrategia, una forma de algo mucho más imperceptible, en realidad vacío de forma, pero que sin forma no puede ser aprehendido, ni utilizado, ni encarnado o puesto en el mundo, en este caso en el mundo de la relación terapéutica. Si hay exceso de forma hay fijación y dependencia de la técnica; si hay demasiada no-forma, uno suele planear demasiado.

4) **Lo estratégico o metodológico.** Combinar la potencia personal, la significación y la simbolización teórica, y el uso de haceres eficaces, nos parece que faculta para la “verdadera” libertad metodológica, puesto que uno no depende ni se vacía en lo que hace, pero tampoco se desconecta de ello. Formarse es también aprender secuencias y procesos, pautas y posibilidades en el encuentro profesional con el otro como ser único. Aprender leyes que vinculan lo general con lo particular, y viceversa.

Y 5) **La supervisión de todo ello.** Poder *visar* la secuencia con otros ojos. Sean los propios puestos en un lugar no frecuentado, el de verse a uno mismo como observador; sean los de los otros-iguales, los de los propios compañeros de grupo; sean los del supervisor-formador, el “sujeto-supuesto-saber” de Lacan, o el “sujeto-supuesto-ignorar” de Ginger⁴ (un ignorar muy particular y específico desde luego, que se asemeja a la *estupidez* sufí de Nasrudín o al apodo de uno de nuestros mentores: *Memo*, llamado Guillermo Borja), transformado en persona que está ahí y dice lo que, buenamente, le parece.

Aficionados, estudiantes y profesionales de las ciencias psicológicas, pedagógicas, sociales, artísticas, empresariales y médicas -principalmente-, acuden a la formación en Gestalt atraídos quizás por el reclamo de esa rara palabra, “**gestalt**” que, intraducible del alemán, viene a significar a la vez, un “todo con sentido en sí mismo, diferente de las partes...”; y, más directamente, **un enfoque experiencial del vivir y de la vida**. No menos que, desde los años cuarenta, una disciplina que se va abriendo camino entre lo

² Polster, E. y M. : “Terapia gestáltica”. Amorrortu. Buenos Aires. 1976.

³ Escohotado, Antonio: “La economía del caos”. Espasa. 1999.

⁴ Ginger, S. y A.: “La Gestalt, una terapia de contacto”. Manual Moderno. México D.F. 1993.

científico, lo académico, lo artístico y lo social. Va siendo conocida en definitiva, lentamente, en el mundo de los acercamientos a lo humano en su sentido más general.

“Gestalt es...”, por decirlo en pocas palabras, seguramente, **un proceso de ir aprendiendo a ser** a partir de la propia experiencia percatada y tomada como res-puesta (en el sentido de res-ponsabilizada). Formarse en ello, por lo tanto, **un entrenarse en lo “simpático”** que, en palabras de Perls⁵, es un compromiso con el campo total, un (entrenarse en) percatarse de si mismo y del otro, a la vez.

⁵ Perls, F.: “El enfoque gestáltico. Testimonios de terapia”. Cuatro Vientos. Santiago de Chile. 1976.

3) LA ESCUELA DEL TALLER DE GESTALT DE BARCELONA

La **Escuela del Taller de Gestalt de Barcelona** nació junto con el Taller de Gestalt de Barcelona, de la mano de Albert Rams y de Cristina Nadal. En el Taller desarrollamos nuestro quehacer clínico desde 1998 hasta el 2000. En el 2000, cuando efectuamos la separación de consultas decidimos seguir trabajando juntos como formadores y conservar el mismo nombre para la Escuela como símbolo de lo que fue y nos es común y vigente: una idea y proyecto sobre como formar a terapeutas gestálticos.

Influídos por quienes reconocemos maestros y principales mentores, Claudio Naranjo y Guillermo Borja (*Memo*, q.e.p.d.), consideramos que la Terapia Gestalt es un enfoque terapéutico que prima **la presencia, la consciencia y la responsabilidad**⁶. Es decir, que enfatiza el cultivo del ser (verdaderamente) uno mismo y de nuestro estar en el mundo, percatándonos de lo que somos y de lo que hacemos -tanto genuino como falso- y responsabilizándonos de ello.

Nuestra manera de entender el oficio requiere estar continuamente atentos como terapeutas a nuestra patología como personas. Una de las cosas que aprendimos de Memo, tal como él lo contaba en su libro póstumo "La locura lo cura"⁷, es que la propia enfermedad psíquica va a determinar tanto el enfoque al que el terapeuta se adscribe, como su forma de llevarlo a cabo en la consulta. Es **el aprendizaje de la utilización consciente de tal patología, a través de la transparencia y de la autenticidad frente a uno mismo y al paciente, puesta al servicio del otro**, la que hará más profunda la relación y, por lo tanto, más potente la intervención terapéutica.

La tarea que desarrollamos abarca campos y formas a veces no comprendidos dentro de lo que clásicamente se entiende como terapia gestáltica, en aras de una **integración enriquecedora y necesaria**. En este sentido podemos citar particularmente nuestro uso del Eneagrama, del trabajo corporal, de la meditación y del cultivo de la Atención. Pero también la prescripción de tareas al estilo de la terapia cognitiva o sistémica, y el gusto compartido por algunos aspectos de la teoría clínica del psicoanálisis (las de Freud, Jung, Lacan y Ferenczi particularmente).

Pensamos que el proceso terapéutico pasa esencialmente, más allá de las técnicas y de la necesaria remisión de los síntomas patológicos, por el **aprendizaje de una presencia percatante que asume su compromiso de existir**. Que, **el dolor más grande** -de entre los negados y transformados en sufrimiento crónico- **fue y es el dolor de no-ser**⁸. Que la enfermedad psíquica fue la renuncia a "simplemente ser", para tener que "ser de ésta o de

⁶ Naranjo, C.: "La vieja y novísima Gestalt". Cuatro Vientos. Santiago de Chile. 1990.

⁷ Borja, G.: "La locura lo cura". Ed. Arkan. México D.F. 1995.

⁸ "falta de ser" en palabras de Perls; "deficiencia óptica" en palabras de Naranjo.

aquella manera”, para tener que “ser más o menos”; para, en definitiva, ser adjetivamente en lugar de (ir aprendiendo a) ser sustantivamente.

CÓMO TRABAJAMOS

Trabajamos con **dos promociones simultáneas** en marcha como máximo. Así podemos asegurar el seguimiento particularizado de cada alumno, y una cierta simplicidad estructural.

Nos caracterizamos, entre otras cosas, por nuestro interés en usar, como elemento básico terapéutico y formativo, la relación que cada alumno establece con nosotros y con los compañeros; es decir, **en explorar y elaborar la relación transferencial a partir de la relación real**.

La formación se desarrolla de manera intensiva en fines de semana y, como máximo, dos estancias al año de 3, 4 o 5 días, **a razón de un encuentro al mes**, exceptuando agosto.

El horario de los fines de semana no residenciales (como mínimo nueve al año) es viernes de 19.30h a 21.30h, sábado de 10h a 20h (con dos horas para comer) y domingo de 10h a 14h.

La duración de la formación es de **cuatro años**, repartidos en tres etapas, más el año de pre-formación (donde vamos constituyendo el grupo). Al final de cada etapa se pedirá al alumno una **memoria elaborada** de la misma por escrito.

La **psicoterapia individual** es requisito imprescindible para el alumno en razón de la importancia que para nosotros tiene el propio autoconocimiento para poder acompañar al otro. Por otra parte, entendemos que **el proceso de maduración del propio grupo de formación** -su vivencia y su elaboración- es un relevante elemento terapéutico y didáctico.

Nuestro propósito esencial es formar terapeutas gestálticos en un espíritu integrativo. Personas **capaces de reconocerse a sí mismas y al otro -y de trabajar con eso- en el contacto que supone la relación terapéutica**, utilizando los aspectos teóricos, técnicos y clínicos para optimizar ese proceso.

En lo teórico, tras un repaso en el primer año de la psicoterapia en general y de encuadrar la terapia gestalt -como una manera de aportar a los alumnos una mirada ancha sobre el oficio y de ubicarnos- nos adentramos y desarrollamos nuestra visión de la teoría de la terapia gestalt, para concluir, en el último año, con el estudio de los elementos que destacamos dentro de las aplicaciones clínicas de la gestalt. **En cuanto a lo técnico**, venimos desarrollando lo que llamamos *entrenamiento*, que consiste en un aprendizaje guiado del oficio, al estilo de los antiguos talleres artesanales, a través del desarrollo experiencial de pautas específicas de trabajo para cada uno de los aspectos, metodología

que hemos venido desarrollando en los últimos 23 años. Por último, en la fase de **supervisión**, ponemos mucho énfasis en perfilar el estilo personal de cada alumno, fruto de la integración de su carácter, de su proceso terapéutico, y de la asimilación de lo recibido y de lo aprendido.

Desde la Segunda Promoción (1994-1998) de la escuela venimos comprobando que la **pre-formación** con los alumnos ya aceptados como tales, antes del desarrollo del programa establecido, ayuda a aumentar la calidad del trabajo del grupo a lo largo de los cuatro años. La pre-formación consta de: 1.- La elaboración de una memoria pautada del proceso personal hasta el momento; 2.- La participación en un stage que venimos realizando cada septiembre, donde participan los alumnos de las dos promociones en curso, y los pre-alumnos (si los hay en el momento). 3.- Un encuentro del grupo en otoño. 4.- El inicio o la continuación con otra perspectiva del proceso de psicoterapia individual del alumno; y 5.- Eventualmente, el diseño de un programa individualizado, en función de cada historia curricular y de cada historia personal, estructurado a partir de la posible participación en grupos regulares o intensivos, trabajos especiales, etc... (siempre que al candidato/a y a los directores nos parezca oportuno).

Este período de pre-formación también tiene carácter selectivo. Durante el mismo nosotros, los directores, podemos detectar alguna objeción, que no apareció en la primera entrevista, a que el alumno inicie la formación estructurada en fines de semana. Asimismo el alumno puede poner en cuestión su interés en comprometerse a los cuatro años de formación.

Dado que hemos comprobado el aumento de la calidad terapéutica y didáctica que supone compartir el proceso de aprendizaje con los mismos compañeros, y dado que sólo abrimos nueva promoción cada dos años (a razón de un grupo por promoción), nos interesa aceptar a los alumnos dispuestos a comprometerse a iniciar y terminar la formación dentro de la misma promoción.

El programa de la Escuela, previa certificación condicionada a la entrega de trabajos requeridos, está reconocido -con sus oportunos requisitos adicionales- por la Asociación Española de Terapia Gestalt (AETG)⁹.

Albert Rams y Cristina Nadal

⁹ Una vez completado el programa de formación, la AETG pondrá el sello de validación del diploma cuando el alumno certifique la realización de un mínimo de 80h de terapia gestalt individual y, al menos, 10h de supervisión individual de la aplicación profesional de lo aprendido en la formación.

4) RESUMEN DEL PROGRAMA

PRIMER AÑO (184 h. aprox.)

Objetivo General: El objetivo fundamental de este primer año es terapéutico. Implica la exploración vivencial de la actitud, los conceptos y las técnicas de la Terapia Gestalt. Su elaboración didáctica se realiza básicamente a partir de la propia experiencia del alumno.

Contenidos:

Área Teórica: Panorama general de la psicoterapia y encuadre y orígenes de la Gestalt.

- Qué es la psicoterapia : psicología, psiquiatría, counseling y otras relaciones de ayuda.
- Psicoterapia en el marco de la psicología : Definición, historia de la psicoterapia.
- Conductismo, cognitivismo, terapia sistémica y PNL.
- Psicoanálisis : Freud, Klein, Jung, Lacan,...
- Psicoterapias humanistas : Rogers, Maslow, Psicodrama, AT, Bioenergética, Renacimiento,...
- Orígenes de la Terapia Gestalt.

Área Experiencial: Trabajo experiencial con los temas fundamentales de la Gestalt.

- Aquí y Ahora.

La presencia sólo se da en cada momento que transcurre y en el lugar donde uno se encuentra. El objetivo del autoapoyo y la posibilidad de establecer relaciones satisfactorias con el entorno se trabajan poniendo la atención en la experiencia presente y haciéndonos cargo de ella. A la atención en el momento a momento experiencial le llamamos “continuum de conciencia”. Ahí es donde se van poniendo de manifiesto tanto las autointerrupciones y las manipulaciones como las respuestas genuinas. Las situaciones no resueltas del pasado, que entorpecen nuestra vida, van a emerger a través del continuo atencional : las encaramos transitando, ahora, las emociones negadas y explorando las respuestas no dadas. También es aquí y ahora donde podemos explorar y consolidar actitudes nuevas.

- Darse Cuenta. Figura-fondo.

La neurosis implica distorsión perceptiva de uno mismo y del entorno. Darse cuenta, percatarse (tal como Claudio Naranjo traduce el término “awareness”), es el vehículo que nos permite reconocer nuestra fantasía, nuestros deseos, necesidades, capacidades y límites, y nos aproxima al reconocimiento de lo obvio tanto interno como externo.

Darse cuenta implica a los niveles sensorial, emocional y mental del sujeto. La figura, aquello que está en primer plano, se torna significativa en relación con el fondo o contexto (biografía y carácter del sujeto, situación en que está inmerso...). La fluidez de la aparición de figuras significativas es la que facilita la ampliación de la conciencia y la identificación de la necesidad prioritaria de cada momento, pudiendo así hacer uso de la capacidad de “autorregulación orgánica” de todo ser vivo.

- Polaridades.

La Gestalt apunta a la integración de la realidad polar de cualquier acontecimiento y comportamiento humano (tensión-relajación, deseo-odio...). En lugar de priorizar uno de ellos en detrimento del opuesto, propone la vía exploratoria de ambas direcciones para ampliar la capacidad de consciencia y respuesta de la persona. Resaltamos, entre otras, la polaridad “perro de arriba”/”perro de abajo” (mandón/mandado) como aspectos propios de cada uno, subyacentes en todas las estructuras de carácter, y muy a menudo en guerra en las situaciones conflictivas.

- Sueños.

Todos los elementos que aparecen en el sueño (objetos, personajes, paisajes...) son tomados como aspectos del soñante proyectados en el sueño. La exploración de dichos aspectos a través de la identificación con los diferentes elementos del sueño y su escenificación por parte del soñante, facilitará la integración de emociones, actitudes y características escotomizadas (no reconocidas como propias) que no por ello dejan de ser activas.

- Contacto/Retirada.

Polaridad necesaria para establecer relaciones saludables con nuestro entorno. Sin contacto no es posible nutrirse ni transformarse ;sin retirada no es posible la asimilación o digestión de lo ocurrido en el contacto y queda mermada la capacidad de sustentarse en uno mismo. La gestalt-terapia atiende aquello que se da en la frontera de contacto entre el organismo y el entorno.

- Mecanismos de Evitación o de Defensa.

Son formas específicas de evitación que distorsionan el buen funcionamiento en la medida en que las realizamos de forma automática y sin conciencia.

- Proyección : *“Forma clásica de “resistencia” que consiste en atribuir al otro lo que nos concierne. Ejemplo “Te siento desconfiado”¹⁰.*

- Introyección : *“Una de las “resistencias” clásicas, que consiste en “tragarse todas” las ideas o principios de otros, sin haberlas “digerido” y asimilado de manera personalizada. Se trata de los “se debe....” de cualquier educación tradicional”.*

- Retroflexión : *“Regresar contra sí mismo la energía movilizada (por ejemplo, masoquismo o somatizaciones) o hacerse a uno mismo lo que quisiéramos que otros nos hicieran, por ejemplo, la jactancia”.*

- Confluencia : *“Disminución del self, abolición de la frontera entre la persona y su medio. Una madre y su bebé están en confluencia sana, pero un niño de 12 años, no digamos un adulto, incapaz de tomar una posición diferente de la de su madre sufre una confluencia patológica”.*

- Deflexión : *“Evitar el contacto desviando la sensación hacia la zona intermedia de los procesos mentales (ideas, fantasías o ensoñaciones), zona que no es ni la realidad exterior, ni la realidad perceptible de mi ser interno. Puede tratarse de una huída del aquí y ahora en los recuerdos, proyectos, consideraciones abstractas, etcétera, en lo que Perls consideraba como una “masturbación intelectual” [Mind fucking]”.*

- Ciclo de Contacto. Ciclo de satisfacción de necesidades.

Distingue diferentes fases en el proceso de cualquier contacto-retirada o acción.

¹⁰ Las citas de los mecanismos están tomadas de: Ginger, Serge: “La Gestalt, una terapia de contacto”. Manual Moderno. México. 1993.

- Se intercalarán **dinámicas de grupo** para asegurar la maduración del mismo. Y **aplicaciones y trabajos específicos gestálticos** como **Sexualidad, Agresividad,...**

Durante el curso, el alumno deberá ir elaborando (es decir, masticando, relacionando, tomando notas...) cada fin de semana. El penúltimo fin de semana del primer año pediremos la entrega de la elaboración, por escrito, de una memoria del curso recogiendo lo más significativo de la experiencia vivida en el mismo, ampliándolo con lo que uno sabe de sí y especificando tanto lo que uno ha aprendido, como aquello que uno no entendió o con lo que está en desacuerdo o peleándose.

SEGUNDO Y TERCER AÑO (338 h. aprox.)

Objetivo General: Entrenamiento sistemático en el uso de la actitud, los conceptos y las técnicas experimentadas en el curso anterior. Aprendizaje pautado del oficio, paso por paso, secuencia a secuencia. Rodaje en el encuentro profesional con el otro, metódicamente reiterado, a través fundamentalmente del trabajo de tríadas paciente-terapeuta-observador, y de su análisis, elaboración y síntesis, en aras a la construcción de un “manual de instrucciones” personal del oficio de gestaltista, anclado en la propia experiencia individual, pero contrastado con las experiencias y aportaciones de compañeros y entrenadores (*“Qué tiende a pasarme a mí cuando se trata o me pongo a trabajar de esta manera, cuando al otro le está pasando tal cosa, cuando el problema que presenta es tal o cual, cuando lo cuenta de esta o de aquella manera...”*; *“Cuáles son los pasos para trabajar con este asunto, cuáles hago yo y cuales omito; qué me salto, qué hago que no toca y por qué (en el sentido de qué tiene que ver eso conmigo) ; etc...”*).

Contenidos:

Área teórica: Teoría de la Terapia Gestalt.

Entrenamiento: Revisamos **los contenidos del primer año**, añadiendo el trabajo grupal gestáltico, pero esta vez aprendiendo a ocupar el lugar del terapeuta a través de pautas específicas. Si en el primer año el asunto es *“cómo funciona esto en mí”*, en esta secuencia del proceso podríamos decir que es *“cómo funciona esto en el otro, qué posibilidades de intervención tengo, cómo las llevo a cabo, y cómo eso afecta al otro e influye en mí”*.

Añadimos temas específicos del entrenamiento como:

- **La escucha.**

Tarea básica en toda psicoterapia. Exploración y entrenamiento de la capacidad empática del alumno.

- **La asimilación.**

El estilo de intervención gestáltico (“estilo simpático”) requiere una atención total al campo, la atención al paciente y también a la propia experiencia del terapeuta.

Entrenamiento en la identificación y el uso de la propia experiencia para elaborar la intervención y afinar el modo de estar frente al paciente.

- La devolución.

Entrenamiento en diferentes modos de intervención gestáltica.

- Técnicas gestálticas. Propuesta de experimento.

Entrenamiento de las técnicas gestálticas, que ya han estado presentes desde el inicio, de un modo más sistematizado. Y exploración de la propuesta de experimento como herramienta creativa y estrella de nuestro enfoque.

- Relación con el objeto.

Aprendizaje del trabajo con objetos mediadores (arteterapias, terapias expresivas,...).

- La actitud del terapeuta

Exploración experiencial de la actitud del terapeuta como un asunto central del hacer profesional; resultante de una combinación de enfoque “simpático”, conciencia de carácter, actitud meditativa y transparencia.

- En esta etapa reiteramos las **dinámicas de grupo** y añadimos desarrollos específicos: **psicopatología, trabajo corporal**,...

Al igual que en el curso anterior, al finalizar la etapa de entrenamiento, el alumno deberá presentar por escrito una **memoria de elaboración** de los dos años.

CUARTO AÑO (156 h. aprox.)

Objetivo General y Contenidos:

Área teórica: Teoría de la Clínica Gestáltica.

Primera entrevista. Encuadre y anamnesis. Psicopatología. Psicodiagnóstico. Relación terapéutica. Caso clínico, evaluación y cierre del proceso.

Supervisión: de prácticas individuales y grupales, y **elaboración del estilo personal** de cada alumno (déficits y excesos característicos); agujeros en los que normalmente se tropieza y aspectos aparentemente más útiles en la manera de hacer; vínculos entre la persona y el profesional... Además de **dinámicas de grupo** y trabajos particulares: **Creatividad, Escenas Temidas**...

Al finalizar la etapa de supervisión, pedimos una **memoria final** en la que además de plasmar la elaboración del último año incluya una visión panorámica de las tres etapas, es decir, del proceso de formación en su globalidad.

5) STAFF DOCENTE

DIRECTORES

Albert Rams. Psicólogo (colegiado 2748). Psicoterapeuta desde 1979. Formador de terapeutas gestálticos y humanistas desde 1980 en España, Francia, Italia, Bélgica y Suiza. Fue uno de los pioneros de la Psicología Humanista y de la Gestalt en Barcelona, y uno de sus principales impulsores, especialmente en Catalunya, Euzkadi, Mallorca, Canarias y Occitania. Co-fundador en 1982 y Miembro de Honor de la ASOCIACION ESPAÑOLA DE TERAPIA GESTALT (AETG). Entre 1980 y 1987 fue co-fundador y co-director del EQUIPO ITACA y del INSTITUT DE PSICOTERÀPIA HUMANISTA (la primera escuela de formación de terapeutas humanistas en Catalunya). Uno de los pioneros de la psicomusicoterapia y de la sexoterapia gestáltica en España, ha desarrollado en ambas aplicaciones a la clínica psicoterapéutica. Autor de *“Clínica Gestáltica: Metáforas de Viaje”* (2001) y *“Veinticinco años de Gestalt: Memorias de un gestaltista precoz”* (2004), ambos en Ediciones La Llave.

Cristina Nadal. Psicóloga especialista en Clínica (colegiada 1112). Psicoterapeuta desde 1981. Formadora de terapeutas gestálticos y humanistas desde 1983, en Catalunya, Madrid, Vitoria, Bilbao, Sevilla y Canarias. Inició su trayectoria profesional en ESTEL, Centro de Crecimiento Personal, uno de los centros pioneros de la Psicología Humanista en Barcelona. Diplomada por el INSTITUTO DE POTENCIAL HUMANO de Londres. Fue co-directora del INSTITUT DE PSICOTERÀPIA HUMANISTA. Miembro Titular de la ASOCIACION ESPAÑOLA DE TERAPIA GESTALT (AETG). Formada en trabajo corporal con Teresa Montsegur, viene desarrollando un enfoque gestáltico de trabajo corporal. Ex-profesora del IMAE (INSTITUT MUNICIPAL D'ANIMACIÓ I ESPLAI). Entre 1983 y 1989 fue una de las impulsoras de la psicoterapia humanista y de la Gestalt en Canarias. Desde hace unos años está interesada en el estudio del psicoanálisis de forma mayormente autodidacta. Fue cofundadora y directora del TALLER DE GESTALT DE BARCELONA y, actualmente dirige AULA GESTALT.

PROFESORES INVITADOS

RAMÓN BALLESTER: Maestro. Pintor. Terapeuta gestáltico adscrito a la FEAP. Titulado en Psicoterapia Integrativa. Miembro Titular de la AETG. y vicepresidente de la Asociación Española. de Arteterapia. Director de la Esc. de Arteterapia del Mediterráneo.

ANNIE CHEVREUX: Terapeuta Gestáltica. Miembro del equipo de CIPARH (Madrid) y profesora de la Escuela Madrileña de Terapia Gestalt (EMTG). Miembro Titular de la AETG. Discípula y colaboradora de Claudio Naranjo.

MIREIA DARDER: Psicóloga. Co-directora de Institut Gestalt. Trainer en P.N.L.

FRANCIS ELIZALDE: Psicólogo. Miembro del equipo del Instituto de Psicoterapia Emocional y Técnicas de Grupo de Bilbao.

CARMEN GASCÓN: Psicoterapeuta, formada en diferentes disciplinas que van desde la Psicoterapia Humanista y la Psicología Integrativa del Dr. Claudio Naranjo, al Psicoanálisis lacaniano. Docente en diferentes escuelas españolas de T.G. Directora de Síntesis EPI.

NATATXA MOLINA MEJUTO: Pedagoga, Psicóloga (col. 6536) y terapeuta, formada en Terapia Familiar, Terapia Gestalt y Terapia Integrativa. Directora de la Escuela de Gestalt de Girona. Profesora asociada de la Fac. de Educación y Psicología de la Universidad de Girona.

PACO PEÑARRUBIA: Psicólogo. Psicoterapeuta de orientación gestáltica, y uno de los pioneros de la terapia gestalt en España. Co-fundador y Miembro de Honor de la AETG. Director de CIPARH y de la Escuela Madrileña de Terapia Gestalt. Miembro honorífico de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo.

JOSÉ LUIS PÉREZ: Psicólogo y Psicoterapeuta gestáltico. Ex-presidente de la AETG. Cofundador de la Escuela Integrativa de Pamplona y de la Escuela de Gestalt de Girona. Director de la Escuela de Facilitación Emocional.

RUTH VILA: Psicóloga clínica (Col. 9212) Y Psicoterapeuta gestáltica. Miembro titular de la AETG. Formada en Psicoterapia Integrativa en el Programa SAT y en el Curso de Autoconocimiento a través del Eneagrama, dirigidos por Claudio Naranjo. Miembro del equipo de Aula Gestalt. Coordinadora del área de teórica de la Formación.

La **teoría** es coordinada por

RUTH VILA

6.- CONVOCATORIA DE LA 11ª PROMOCIÓN (2013- 2016)

AÑO 2012: PRE-FORMACIÓN

Tal como hemos comentado anteriormente la pre-formación, o **Año Cero** de la formación, en el que vamos constituyendo el grupo, se estructura fundamentalmente a través de cuatro aspectos:

1.- El inicio o la continuación (según cada caso), con otra perspectiva -la de quien algún día se quiere sentar "del otro lado"- del proceso de **psicoterapia individual** del alumno, eventualmente completado con trabajos grupales regulares o intensivos durante el año.

2.- La elaboración de una **MEMORIA** (cuyas pautas de elaboración podrás leer a continuación).

3.- La participación en un **fin de semana** de trabajo terapéutico-experiencial en septiembre del 2012, al que llamamos STAGE DE LA ESCUELA, y que suele reunir a los alumnos de las dos promociones en curso, así como a los estudiantes en pre-formación y eventualmente, a los ex alumnos que desean tener un contacto puntual con la Escuela como ocasión para refrescar o profundizar en su trabajo personal y/o en su reciclaje profesional.

4.- Un encuentro en otoño.

Y 5.- Si el candidato lo requiere y/o a nosotros nos parece oportuno, la realización de trabajos preparatorios específicos durante ese año.

ANEXO I

ESCUELA DEL TALLER DE GESTALT DE BARCELONA

Con referencia a la elaboración y entrega de las MEMORIAS, te recordamos que :

El mes de entrega de la memoria, en general, es Abril. El número de copias que deberás entregar de tu memoria te lo comunicaremos aproximadamente con una semana de antelación, en función del número de pre-alumnos en el momento. Podrás pasar a recoger las copias de las memorias de los demás candidatos a partir del día siguiente a la fecha de entrega. Cuando vengas a recogerlas, trae, por favor, firmado el compromiso que sigue a esta hoja. La reunión para la entrega y recepción de feed-backs será por la tarde, en Aula, y durará 4h. Deberás traer los feed-backs escritos y en hojas independientes, para poder entregar a cada persona el suyo, junto con su memoria.

El precio de esta sesión es de 90 €.

(En caso de participar en la pre-formación, pregunta las fechas exactas de entrega, recogida y reunión de feed-backs).

En cuanto al **contenido de la memoria**: Se trata de un **re-paso** (es decir, de un volver a pasar por...) **del propio proceso terapéutico** desde el inicio de tu contacto con el mundo de la terapia como paciente hasta ahora. En caso de que eso sea muy reciente, desde el momento en que te das cuenta de que tienes conflictos –o ganas de saber...- hasta el momento actual. En ella especifica cuál fue el motivo de consulta, los diferentes asuntos que fuiste trabajando **y relaciona unos momentos con otros y unos temas con otros**. Incluye algunos pocos datos autobiográficos que faciliten comprender con mayor amplitud y profundidad el proceso descrito. Déjate sorprender por lo que va emergiendo a medida que vas revisando tu propio recorrido terapéutico.

Todo ello intentando:

- **Distinguir etapas.** ¿Has hecho terapia con diferentes terapeutas o en diferentes épocas? ¿Cuál/les fue/ron el/los motivo/s de consulta? ¿Qué puedo ver de él, o de ellos, ahora, pasados los años? Aún si has hecho un sólo proceso intenta diferenciar diferentes etapas según diferentes contenidos, diferentes niveles de profundidad, períodos de crisis o de apertura o según otras variables.
- Situar te en el lugar de **aprender sobre el proceso de terapia** a partir de lo elaborado, anotando lo que salga desde ese lugar. Antes de aprender lo que dicen otros que es la terapia y proceso terapéutico aventúrate a decirlo desde tu experiencia.

- Y “**enseñar el culo**”: Hacer explícita (mostrar) la sombra, lo que no me gusta de mi mismo; qué no me he parado a mirar y/o con qué me tropiezo siempre; en qué siento haber fracasado, qué no he conseguido, qué es lo que no cambia a pesar de todo; etc...

Estos dos últimos puntos puedes desarrollarlos como capítulos o entrelazarlos e ir plasmándolos a lo largo de la memoria.

Para la **elaboración del feed-back** o retroalimentación de cada una de las otras memorias (las de los compañeros): pones por escrito, plasmas, qué te sucede a ti al leer la memoria del otro. Tanto de lo que te sucede con la memoria en general como lo que te pasa en partes concretas. No se trata de intentar ser terapeuta..., aconsejar..., sino de identificar y poner de manifiesto lo más significativo de lo que experimentas, de lo que notas, de lo que te pasa al leer la memoria del otro (de lo que te pasa en la cabeza, en el corazón, en el cuerpo y, si es el caso y eso tiene algún sentido para ti, en el “alma”. Medio folio puede ser suficiente.

ANEXO II

ESCUELA DEL TALLER DE GESTALT DE BARCELONA

- Hoja para entregar firmada cuando se recogen las memorias de los demás pre-alumnos.

Me comprometo a no divulgar la información contenida en las memorias que recojo sobre el proceso personal de mis compañeros, así como a devolver las copias de todas las memorias a sus autores el día del encuentro para la devolución de feed-backs.

Firma :

Nombre y apellidos:

ANEXO III

ESCUELA DEL TALLER DE GESTALT DE BARCELONA

FORMULARIO - para entregar relleno en la primera entrevista -

Los datos de este formulario son confidenciales, acogidos al secreto profesional y reservados a los directores del programa de formación.

NOMBRE _____ Y
APELLIDOS _____

DIRECCIÓN _____

CÓDIGO _____

POBLACIÓN _____

TELÉFONOS: MÓVIL _____ CASA _____

TRABAJO _____

FAX _____ E-MAIL _____

PROFESIÓN _____

EDAD _____

VIVES CON _____

¿CUÁNTO CREES CONOCER LA TERAPIA GESTALT?

NADA__ POCO__ BASTANTE__ MUCHO__

¿HAS HECHO TERAPIA GESTALT ANTERIORMENTE?

NO__ SI__ INDIVIDUAL__ GRUPAL__

TERAPEUTA O CENTRO _____

TIEMPO _____

OPINION O EVALUACION ACTUAL _____

MODALIDAD _____

¿HAS HECHO PSICOTERAPIA EN OTRO ENFOQUE?

NO__ SI__

TÉCNICA O ENFOQUE _____

INDIVIDUAL__ GRUPAL__ OTRAS _____

TERAPEUTA _____
TIEMPO _____
OPINION _____

¿HAS HECHO ANTERIORMENTE ALGÚN OTRO TIPO DE TRABAJO PERSONAL :
YOGA, TRABAJO CORPORAL, MEDITACIÓN, OTROS...?

NO __ SI __ CUÁL _____
TIEMPO _____
CENTRO O DIRECTOR _____
EXPLICAR _____

EXPERIENCIA ACADÉMICA (ESTUDIOS...) _____

EXPERIENCIA PROFESIONAL (TRABAJOS...) _____

¿CUÁL ES TU MOTIVACIÓN O INTERÉS PARA REALIZAR ESTE PROGRAMA DE
FORMACIÓN?

OBSERVACIONES

FECHA : _____