Polaridades en Gestalt. Hacia una teorización con consecuencias clínicas.

Carolina Guzmán y Ricardo Klein, Licenciados en Psicología, egresados de la última promoción de la Escuela de Especialización en Gestalt y psicoterapeutas del Servicio de Asistencia a la Comunidad.

Celebración de las bodas de la razón y el corazón

Para qué escribe uno, si no es para juntar sus pedazos.

Desde que entramos en la escuela o la iglesia, la educación nos descuartiza: nos enseña a divorciar el alma del cuerpo y la razón del corazón. Sabios doctores de Ética y Moral han de ser los pescadores de la costa colombiana, que inventaron la palabra “sentipensante” para definir el lenguaje que dice la verdad.

Eduardo Galeano

Queremos compartir con Uds. una reelaboración del trabajo que enviamos al Congreso Inaugural de la Asociación Internacional de Terapia Gestalt realizado en Canadá en agosto de este año. Allí nos propusimos corporizar teóricamente el cómo se produce la integración de polaridades. La intención de nuestro escrito apuntó a la formalización de este proceso. La Gestalt considera a la técnica del uso de polaridades como un medio para un determinado fin (la integración), y no como un fin en sí mismo. La pregunta de la cual partimos es: ¿cómo a partir de un trabajo vivencial en el que tomo contacto con dos aspectos internos polares arribo a la integración? Pensamos el integrar como un proceso en el cual el trabajo vivencial es un disparador, partiendo del cual la persona podrá ir apropiándose, paso a paso, de toda la gama de posibilidades que se le abren en el pasaje de un polo al otro. Diferenciamos el concepto de vivencia del de experiencia. Sabemos que no toda vivencia produce experiencia, o sea poder dar cuenta de lo vivenciado desde un lugar nuevo, diferente. Usamos el gerundio “integrando” para explicitar este proceso, en tanto queda cosificado en el infinitivo (forma verbal sin tiempo ni acción). En el gerundio incluimos la dimensión temporal que nos permite trazar las coordenadas necesarias para pensar en el proceso “integrando”, al que definimos como iniciado en el trabajo vivencial y continuado en innumerables asimilaciones-acomodaciones, en un proceso bio-psico-social dialéctico, en el cual intervienen distintos factores, entre los cuales destacamos: el proceso de elaboración secundaria, los desbloques corporales con la progresiva concientización corporal y la consiguiente re- utilización de los recursos energéticos liberados, la posibilidad de crear nuevas versiones entramadas a la narrativa personal y todos los recursos expresivos que enriquezcan esta gestalt.

Sistematización y teorización de la técnica de polaridades

Sintetizando, nos proponemos desplegar las siguientes preguntas: ¿cuál es el proceso por el cual la polaridad deviene en integración? ¿Cuál es el proceso psíquico que debe ocurrir para que esto sea posible? ¿y cómo sistematizar y teorizar la técnica del trabajo con polaridades hacia un nuevo modelo de intervención?

Intentaremos dar respuesta a estas cuestiones planteando la técnica del integrando en una secuencia de cuatro movimientos:

- a) polarizarse
- b) dispolarizarse

- c) perspectivarse
- d) integrarse

A) Polarizarse

1.- La salida del punto: la línea

Movimiento técnico mediante el cual la persona se encuentra con un aspecto opuesto al principio no reconocido como propio, que está latente en el conflicto por el cual consulta. El objetivo de polarizar no es que la persona se centre en el punto medio, sino que abarque toda la gama de conductas posibles de uno a otro extremo. o sea que a partir de bascular de uno a otro punto extremo logre una “centración energética”.

Nos parece importante aclarar el concepto de concentración energética. Anteriormente a este movimiento, la persona estaba ubicada en un punto, pegada a éste con la fuerza de un imán. A veces en la salida de esta posición pasa al otro extremo, quedando tan pegada a lo nuevo como antes estaba con el anterior. Dejar de estar adherida a este interjuego polar implica: desde lo energético, no caer en la energía gravitatoria de uno u otro polo, po lo cual la energía de atracción/rechazo queda centrada en el punto medio de la polaridad: desde este posicionamiento subjetivo, poder disponer lo más fluidamente posible del libre tránsito de uno a otro polo, con los beneficios que le da cada punto de la línea.

La imagen de este primer movimiento es una línea, en la cual surge un extremo, como nuevo, el aspecto latente. Sobre la línea, una flecha, -un vector, diría Lewin-, que indica el movimiento con su dirección, sentido e intensidad.

A 0-----0B

2.- De la línea al plano