

Acorde a los desarrollos teóricos de Zinker y Wheeler, entre otros autores gestálticos, proponemos al terapeuta individual pasar de la mirada individual, intrapsíquica e intrapersonal a una mirada relacional o vincular, que incluya lo interpersonal. Esto es, mirar al individuo como figura de una gestalt más amplia, en la cual su configuración vincular - el sistema de pareja y familia- constituye el fondo. Por el contrario, para el terapeuta de pareja, la figura es la pareja consultante, mientras que los miembros de la componen son el fondo. Confiamos en que este artículo contribuya a construir esa mirada relacional.

Como terapeutas gestálticos, miramos siempre al individuo en relación. No consideramos a la persona aislada del campo del cual forma parte, ya que sabemos que individuo y campo se influyen mutuamente. Sostenemos que el contacto se da siempre en la frontera. Por lo tanto, cualquier modificación en alguna de las partes modifica tanto a la configuración total como así también a cada una de las demás partes que la componen.

La derivación de un paciente a una terapia de pareja no implica de ninguna manera suspender o dejar de lado el proceso personal que viene realizando. Por el contrario, ambos sistemas terapéuticos -el individual y el de la pareja-, se potencian y complementan.

Atendiendo a esta noción de campo, afirmamos que el sistema terapéutico individual y el sistema terapéutico de pareja constituyen parte de un mismo sistema terapéutico ampliado. En este sentido, el tratamiento de parejas nunca va en contra de la dirección del tratamiento individual, sino que se apoyan y nutren recíprocamente.

Desde nuestro modo de trabajar, la terapia gestáltica de pareja es un proceso acotado tanto en la cantidad como en la frecuencia de las sesiones. Este proceso se sostiene en la terapia individual, -que continuará aun cuando el proceso terapéutico de pareja haya concluido-. Por esto, es importante que terapeuta individual y terapeuta/s de la pareja estén en contacto y comunicados.

El presente trabajo se apoya en nuestra experiencia clínica con el modelo de terapia gestáltica de parejas desarrollado por el Departamento de Parejas y Familia de AGBA, y pretende ser una guía y una invitación para los terapeutas individuales a trabajar juntos, en equipos.

Elaboramos estos criterios sobre cuándo y para qué es adecuada dicha derivación a fin de orientar al terapeuta individual hacia una posible derivación a tratamiento de pareja. Esta lista no es exhaustiva y cada terapeuta puede ampliarla de acuerdo a su propia experiencia.

CUÁNDO Y PARA QUÉ DERIVAR

- Cuando los temas o problemas de pareja invaden y/o contaminan la terapia individual, bloqueando el fluir del proceso
- Cuando la naturaleza misma del tema es relacional. Por ejemplo, cuando se trata de problemas de comunicación, cuando se requiere participación del otro para hacer acuerdos o contratar sobre temas vinculados como: los hijos, el dinero, las

relaciones con las familias de origen, la sexualidad, etc. A veces, el terapeuta individual reconoce la existencia de contratos implícitos o caducados, que generan conflictos al paciente y/o al sistema de pareja. En este caso la terapia de pareja permite explicitar los contratos y actualizarlos si fuera necesario.

- Cuando nos damos cuenta de que trabajando algún tema vinculado con el paciente el proceso no avanza. Como consecuencia de esto la patología del paciente se mantiene o se potencia y a la vez retroalimenta - y es retroalimentada- con el otro miembro de la pareja.
- A veces, el terapeuta cita a la pareja a una entrevista vincular buscando la participación y la presencia del otro miembro para realimentar el paciente individual de su paciente. En cambio, cuando es necesario una situación de “paridad” conviene derivar a terapia de pareja, donde el paciente es la pareja, y el foco está puesto en el vínculo.
- Cuando los mecanismos de evitación de contacto son mantenidos y retroalimentados por el vínculo. Esto ocurre en especial cuando la proyección es el principal mecanismo de interrupción. Entonces, la pareja logra “salir” de la proyección a través de la confluencia. Así se constituye y funciona el ciclo de la violencia. Primero cada uno proyecta en el otro los aspectos rechazados o ignorados de sí, esto da lugar a peleas y agresiones generando la tensión que luego desata la violencia. Luego viene la reconciliación mediante la confluencia y empieza la luna de miel. No se discrimina quién siente qué cosa y quién hace qué cosa a quien. El deseo y las necesidades personales se disuelven, hasta que el ciclo otra vez recomienza. Es necesario trabajar la discriminación y la recuperación de las proyecciones para que la pareja avance en el ciclo interactivo de contacto (Zinker)
- El ítem anterior suele ir asociado a la lealtad hacia las familias de origen de cada uno. Hay dos tribus en pugna -Montescos y Capuletos- que pelean por dominar cada una a la otra, no existiendo aún una tercera tribu: la pareja. Son dos hijos obedientes tratando cada uno de imponer al otro las formas y pautas de su propia familia de origen. Los padres siguen *viviendo* con ellos, atravesando la pareja e impidiendo el vínculo. En la terapia de pareja aprenden a discriminarse de su familia de origen - lo cual realimenta el trabajo posterior en la terapia individual-, pasando de un nosotros y ellos a una auténtica relación Yo-Tú, al poder diferenciar entre la participación de cada uno en el sistema de su familia de origen diferenciado del sistema pareja.
- Cuando se ha producido un desequilibrio entre los procesos de desarrollo personal. por ejemplo, cuando el paciente hace tiempo que está en proceso y el otro miembro de la pareja no. O bien, el terapeuta individual se da cuenta que su paciente está en un proceso de elaboración distinto a su pareja (duelos por la muerte de un hijo, accidente, muerte de los padres, etc.) En este caso la terapia de pareja puede nivelar los procesos y recuperar el equilibrio perdido, o bien ayudarlos a aceptar las diferencias que están teniendo en dicha elaboración.
- Si luego de una terapia familiar el hijo deja de ocupar el lugar del síntoma de la pareja, entonces puede derivarse a los padres a un proceso de pareja para poder resolver allí los problemas de la relación, a fin de evitar la recidiva.
- Más allá de la constitución del síntoma, y como prevención, es conveniente recurrir a un espacio de pareja cuando se produce en la familia un movimiento o situación nueva. Por ejemplo, para ayudarlos y acompañarlos en incluir la mudanza de algún miembro -un pariente que llega a convivir con la familia-, o se produce el “nido vacío”

-hijos que se van a vivir solos o con sus parejas-, o ciertos cambios en los ciclos evolutivos de la vida -necesidad de buscar nuevos proyectos, etc.-.

- Cuando la pareja no cuenta con herramientas suficientes para enfrentar la crisis del momento del ciclo vital. El criterio aquí es acompañarlos en el pasaje por el ciclo vital, ayudándolos a encontrar los recursos necesarios para afrontar esta situación.
- Cuando el paciente o su pareja manifiesta clara dificultad para aceptar lo diferente del otro. Esto es frecuente cuando pasada la etapa del enamoramiento, se hacen figura las diferencias, la persona rechaza algún aspecto del otro que vive como ajena a su compañero: “él no es así”. Comienza una etapa de “cambiar al otro” para que sea como yo quiero que sea. Una terapia de pareja puede facilitar la aceptación del otro tal como es, -característica propia del amor maduro- al lograr discriminar e integrar lo distinto.
- Cuando una pareja, pese al amor que sienten y a estar consolidada en el vínculo que tienen, aparece una distancia entre ellos. A veces esa distancia es producto del impasse de cada uno y no un tema vincular. Puede ser que no haya encuentro, pues caminan en paralelo. En esta situación pueden necesitar un terapeuta que -desde afuera del sistema- los ayude a recordar las cosas nutritivas que tienen como pareja, porque ellos ya no las ven. Este trabajo los puede ayudar a salir del impasse como pareja.
- Cuando aparecen deudas, y/o facturas pendientes entre ellos, o bien hay gestalt en abiertas que resurgen e influyen en el vínculo, la terapia de pareja los ayuda para poder cerrarlas y limpiar los pendientes.
- Cuando las crisis vitales que se producen en el sistema pareja coinciden con una crisis que se haya operando en el sistema entorno. La confluencia que se genera entre ambos sistemas impide el desarrollo de una resolución. Por ejemplo, cuando se ha dado una situación de crisis social, como lo ocurrido en Argentina en el 2001.
- Para acompañar a la pareja en un proceso de separación o divorcio; para ayudarlos a hacer acuerdos y a transitar el duelo.
- Para realizar una psico-educación, a fin de darles herramientas e información para distintas situaciones, en especial las clásicas crisis de los ciclos vitales.
- Cuando en el proceso individual el paciente atraviesa un problema o enfermedad física o psíquica de largo curso, el incluir al otro miembro en una terapia conjunta es útil para apoyar al paciente que estamos atendiendo. El foco aquí es colaborar con el problema de nuestro paciente. La derivación a terapia de pareja permite incluir el acontecer de ambos miembros de la pareja en dicho proceso y el tomar contacto con el cómo este acontecer trabaja en el sistema pareja, incluyéndolo en el proceso, y permitiendo atender a sus propias necesidades.
- Otros temas que sugieren la conveniencia de derivar a un espacio de pareja: problemas de fertilidad, adopción de un hijo, problemas de co-adicción o codependencia.

Ya finalizando este artículo, insistimos en que no pretendemos -en la construcción de estos criterios de derivación a tratamiento de pareja- el agotar todas las situaciones posibles de derivación, sino intentar dar cuenta de cuándo resulta pertinente clínicamente realizar esa derivación. Esperamos haber motivado al lector a seguir pensando con nosotros sobre este tema.