



FACULTAD DE
PSICOLOGÍA



Universidad
Nacional
de Rosario

Facultad de Psicología
Trabajo Integrador Final

Desentrañando la formación del terapeuta gestáltico: un camino de deconstrucción, reintegración y presencia encarnada

Modalidad de presentación: investigación bibliográfica

Autora: Virginia B. Giuggia

Legajo: G0630/1

Docente responsable: Ps. María Crisalle

Año: 2025

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Pública, a la Facultad de Psicología de la UNR y al Centro Gestalt de Rosario

Índice

4. Resumen

5. Introducción

6. Estado de cuestión

9. Co-creando la experiencia: la gestalt y la formación del psicólogo

11. Tejiendo hilos de la experiencia gestáltica

13. La actitud gestáltica: una filosofía de vida encarnada en la práctica terapéutica

14. La relación dialogal en la terapia gestalt: implicancias y condiciones según Yontef

15. El entramado vivo del contacto: la teoría del campo como fundamento de la experiencia gestáltica

16. Habitar los extremos: polaridades, vacío fértil y autorregulación

19. Conclusión

20. Referencias bibliográfica

Resumen

Esta investigación indaga en las particularidades del proceso de formación de terapeutas en Terapia Gestalt, entendiendo que no se limita a la transmisión de saberes teóricos, sino que implica un recorrido vivencial y transformador. El problema que orienta este trabajo es: ¿en qué consiste la formación de terapeutas en Terapia Gestalt? Como objetivo general, se busca identificar las características distintivas de este proceso. Los objetivos específicos incluyen: analizar la relación entre estas características y los conceptos centrales del enfoque gestáltico; describir las estrategias pedagógicas y metodológicas utilizadas; y explorar el rol de la grupalidad en la experiencia formativa. La hipótesis que guía el estudio plantea que la coherencia epistemológica de los constructos centrales de la Terapia Gestalt se configura a través de la experiencia, ya que estos conceptos requieren una apropiación vivencial y corporal en el aquí y ahora. Desde esta perspectiva, la formación gestáltica implica una integración profunda entre teoría, experiencia y transformación personal. El terapeuta en formación atraviesa un proceso de deconstrucción de su historia, integración de aspectos fragmentados del sí mismo y desarrollo de una presencia encarnada y disponible al encuentro. La formación se concibe como una praxis reflexiva y dialógica, donde el saber se co-construye en la relación con otros, y la grupalidad actúa como dispositivo central.

Palabras clave: Terapia Gestalt, formación, deconstrucción, reintegración.

Introducción

Este trabajo de revisión bibliográfica aborda la complejidad de la formación de psicólogos en Terapia Gestalt, con el objetivo de identificar los rasgos que la distinguen dentro del campo psicoterapéutico. Se parte de la premisa de que esta formación no se limita a la transmisión de contenidos teóricos, sino que requiere una apropiación vivencial de sus conceptos centrales, integrados corporal y experiencialmente. Para comprender este proceso, se propone analizar la relación entre los ejes formativos y los conceptos fundamentales de la terapia gestáltica —como el campo organismo/entorno, la autorregulación orgánica, el ciclo de la experiencia, la actitud gestáltica, las polaridades y la función del contacto—. Estos constructos, por su naturaleza, exigen una incorporación que trascienda lo intelectual, promoviendo una integración profunda a través de la experiencia. Asimismo, se describen las estrategias pedagógicas y metodológicas empleadas en los dispositivos de formación, con especial atención al rol de la grupalidad como espacio privilegiado para el aprendizaje. El trabajo grupal, junto con la vivencia emocional y corporal, constituye una herramienta clave en la construcción de la identidad profesional del futuro gestaltista y en el desarrollo de una práctica clínica coherente con los principios de esta terapia.

La pregunta que orienta esta investigación es: ¿en qué consiste la formación en Terapia Gestalt? Este interrogante guía el análisis hacia las dimensiones específicas que configuran su modelo formativo, centrado en lo vivencial y en el trabajo en grupo. El enfoque metodológico es cualitativo, descriptivo y bibliográfico, enmarcado en los fundamentos de la Terapia Gestalt. Se realiza una lectura de textos clásicos y actuales, con especial atención a los aportes de Fritz Perls, Joseph Zinker, Gary Yontef, Eduardo Carabelli y Francisco Peñarrubia. Este recorrido permite articular teoría y práctica, enfocado en la experiencia grupal y el involucramiento personal.

Estado de la cuestión

Al realizar una búsqueda bibliográfica exhaustiva en sitios de referencia académica respecto de la temática que guía esta investigación -el proceso de formación de psicólogos en Terapia Gestalt- se observó que pueden organizarse en dos grupos los trabajos que aparecen. Por un lado, escritos de los autores principales de esta perspectiva teórico clínica: Friedrich "Fritz" Perls, Gary Yontef y Joseph Zinker, porque son estos mismos referentes quienes desarrollan las características de la formación en Terapia Gestalt. A ellos se suma la producción de Eduardo Carabelli, quien en Argentina produjo sistematizaciones respecto de las características de esta línea terapéutica, sus recursos clínicos y la modalidad de formación. Por otra parte, se hallaron cuatro trabajos recientes, producidos en sitios académicos latinoamericanos que indagan acerca de la formación en terapia gestalt, aunque no la enfocan como proceso complejo, indagando los diferentes elementos y características que lo componen, sino que se enfocan en alguna de las características que lo componen. Tres de ellos son otros trabajos integradores finales de grado de la carrera de Psicología -de la Universidad de Palermo, de Argentina- y otro es un artículo publicado en una revista especializada mexicana en Psicoterapia Gestalt.

Se presentan aquí en primer lugar, entonces, *la revisión de desarrollado por los autores fundadores de la Terapia Gestalt respecto de la formación*. Cada uno de ellos explora las implicancias pedagógicas necesarias para una formación que trascienda lo técnico y promueva una presencia terapéutica genuina y transformadora.

El autor fundador de esta terapia, Fritz Perls, tuvo una extensa trayectoria como formador de psicólogos, y se destacó especialmente por su capacidad de transmitir una actitud terapéutica específica, considerada uno de los elementos más importantes y transformadores de esta terapia. Desde esa experiencia este autor expone en algunos de sus textos sus consideraciones acerca de la formación como la apropiación a través de la experiencia de una diversidad de enfoques referenciales epistemológicos, teóricos y técnicos destacando el rol del formador como trascendental, debiendo ser capaz de transmitir sus saberes con claridad, con la exigencia de su presencia pedagógica comprometida (Perls, 2013). Otro referente principal de esta corriente, Joseph Zinker, por su parte, planteaba que en la formación resulta indispensable que el futuro terapeuta atravesase un proceso de auto-transformación, ya que el ejercicio de la psicología desde la perspectiva de la terapia Gestalt es, en sí mismo, paradójico: implica sostener y acompañar el dolor del otro, con la intención de habilitar una vía hacia el alivio y el bienestar que lo interpela de manera profunda y le exige implicarse con su propio cuerpo, su historia y sus vivencias, esto supone, además, entrar en contacto con sus propias experiencias de sufrimiento, con su sí mismo, como parte fundamental de una práctica formativa auténtica y comprometida (Zinker, 1979). Unos años más tarde, Gari Yontef,

(1995) hacía hincapié en que las estrategias y metodologías utilizadas por quien guía los contenidos, son transmitir la aplicación clínica de las técnicas, enseñando su uso y acompañando al alumno en este momento que incluye entrenamiento, supervisión, evaluación y terapia personal (Yontef, 1995).

Ya llegando a la década del noventa Claudio Naranjo pensaba el proceso formativo como algo que iba más allá de la adquisición de conocimientos teóricos: se trata de incorporar una actitud gestáltica implícita, una forma de estar y de ser en la relación terapéutica, que sólo puede ser transmitida por profesionales con experiencia en la práctica de esta orientación. Destacaba la disposición a estar en contacto con la teoría, mantenerse abierto a la novedad y reconocer la concepción antropológica existente como condiciones esenciales para el aprendizaje. Señalaba que la actitud gestáltica contempla, además, el vínculo entre formador y alumno dentro de su contexto, reconociendo la complejidad inherente al proceso formativo. No se trata únicamente de establecer un diálogo verbal, sino de estar atentos a aquello que no se dice, a lo gestual y corporal que también conforma la experiencia (Naranjo, 1990). De este modo, los aspectos no verbales del encuentro, como las miradas, los gestos y el tono de voz, son elementos fundamentales en la ejecución de técnicas corporales y en la práctica terapéutica en general (Naranjo, 1990).

Finalmente, se consideran las producciones de Eduardo Carabelli que desde su experiencia desarrollada en Argentina, revisó la formación en Gestalt destacando que implica una evolución personal y profesional que solo puede alcanzarse a través del compromiso con el propio proceso, que debe ser singular, dinámico y en constante devenir (Carabelli, 2013). Su perspectiva destaca que esta formación implica también sostener, brindar apoyo en los momentos de crisis, favorecer la integración de los propios fragmentos y una presencia terapéutica más consciente.

Los desarrollos de cada uno de estos autores permiten identificar elementos que forman parte de lo que en el desarrollo de esta línea de la psicología hoy se considera parte del proceso de formación. Por eso, precisamente la articulación de sus perspectivas podrá ser utilizada para dar cuenta de los objetivos de este trabajo final: identificar las características distintivas de este proceso, analizando la relación entre estas y los conceptos centrales del enfoque gestáltico, describiendo las estrategias pedagógicas y metodológicas utilizadas, y explorando el rol de la grupalidad.

Se presenta ahora el segundo conjunto de *producciones académicas* halladas, aquellas *que comparten con este trabajo una pregunta específica por la formación del terapeuta gestáltico y que además comparten un horizonte temporal y latinoamericano*. El artículo de la Revista Figura Fondo “Exploración del impacto de la supervisión en la formación de psicoterapeutas Gestalt” (Ocampo, Julio y Aguilar, 2022) presenta como objetivo central conocer las impresiones y experiencias de los psicoterapeutas en

formación al llevar un proceso de supervisión bajo el modelo *gestaltung* de supervisión. Refiere a un trabajo sobre la supervisión con pocos recursos bibliográficos en su país, lo cual es un obstáculo para los alumnos y graduados en formación, ya que no existe como institución la formación en gestalt. Trabaja sobre el concepto de modelo *gestaltung* supervisión. Algunos autores citados como Yontef y Peñarrubia, no refieren específicamente de la formación del terapeuta Gestalt.

Por su parte, Estefani Jarma (2022), explora en su trabajo integrador “El abordaje corporal en la formación de terapeutas desde el enfoque gestáltico” un análisis del trabajo con el cuerpo en la formación de terapeutas de un centro terapéutico con el enfoque gestalt. En el apartado de la formación de terapeutas Gestalt que refiere a la actitud del terapeuta, pone énfasis en las técnicas corporales. Es un trabajo enfocado a la corporalidad en la formación. Se registra el cuerpo, su conciencia de corporalidad, el sí mismo. Toma bibliografía específica de Gestalt, también referencias humanísticas como Lowen.

En “La frustración del terapeuta. Herramientas de formación en el modelo gestáltico” de Gastón Molina (2023) el objetivo general es indagar cuáles son las herramientas que la escuela de formación gestalt proporciona al terapeuta para que este pueda identificar y afrontar las frustraciones durante el curso de un proceso terapéutico y su aplicación en la práctica profesional. Refiere entonces a la frustración del terapeuta gestáltico como novedad. Toma la intervención, el encuentro de terapeutas para armar una sesión, y supervisión. La frustración es entendida como aprendizaje dialéctico entre el terapeuta y su supervisión.

Finalmente, en “Formación gestáltica en convivencia” de Natalia Maldonado Torión (2018), el objetivo general que se plantea es explorar la modalidad de convivencia como dispositivo de formación gestalt en el área de la clínica. Refiere a la formación del terapeuta Gestalt, y pone énfasis en los talleres de convivencia. Le da importancia a lo actitudinal y lo corporal. Toma el concepto de convivencia, para hablar del concepto de grupalidad como una construcción conjunta y focaliza en la convivencia y el lenguaje específico Gestalt.

Los trabajos de este segundo conjunto comparten bibliografías similares, todas ellas vinculadas a la historia fundacional de la terapia Gestalt y sus principales referencias. Si bien los autores seleccionados suelen ser recurrentes, lo novedoso es la incorporación y el análisis de la bibliografía de Eduardo Carabelli, un formador argentino de la escuela gestáltica. Sin embargo, el presente trabajo integrador final se diferencia por el énfasis en la grupalidad y en los conceptos teóricos y vivenciales que resultan imprescindibles en la formación en terapia Gestalt y no son tenidos en cuenta en los trabajos referidos. En la perspectiva del problema de investigación aquí construido se considera fundamental indagar en el aporte de la grupalidad, elemento presente en todas

las formaciones en terapia Gestalt.

Co-creando la experiencia: la gestalt y la formación del psicólogo

La formación en Terapia Gestalt se concibe como un proceso educativo no formal, orientado a quienes desean integrar este enfoque terapéutico desde una vivencia profunda y transformadora. Lejos de una transmisión meramente teórica, se trata de una experiencia que implica tanto dar, como recibir. Tal como plantea el autor argentino Eduardo Carabelli el "aprendizaje se produce en distintos momentos de la formación, clases, talleres y laboratorios vivenciales, donde la participación activa y la implicación personal son elementos esenciales" (2013, p14). En esa misma línea, el autor profundiza en la idea de que educar tiene una etimología doble

Educar tiene etimología doble pues procede tanto de educare como de educere, [...] los llevaremos a situaciones en las que puedan lograr el propio darse cuenta y descubrir sus propios recursos. Formar [...] equivale a acompañar el proceso singular de transformación de cada alumno. (Carabelli, 2013, p 17)

Educar en Gestalt es también sostener, brindar apoyo en los momentos de crisis, favorecer la integración de los propios fragmentos y una presencia terapéutica más consciente. Este camino, tal como lo plantea el psicólogo gestáltico Eduardo Carabelli, implica una evolución personal y profesional que solo puede alcanzarse a través del compromiso con el propio proceso: singular, dinámico y en constante devenir.

Por su parte, Gari Yontef afirma que es "evidente que la enseñanza es un proceso interactivo en el que intervienen dos polos. Ninguno de ellos puede existir sin el otro" (Yontef, 1995, p 119). Enseñar y aprender conforman dos dimensiones de un mismo proceso integrado, donde ambos actores, se ven implicados en una relación dialógica de mutua transformación. Desde esta perspectiva, el maestro no sólo transmite contenidos, sino que se abre a escuchar activamente las necesidades de aprendizaje de sus alumnos, permitiendo que esta escucha le revele también sus propias dificultades y zonas de crecimiento de co-aprendizaje, en el que cada uno, desde su rol, se conecta con su sí mismo.

El entrenamiento gestáltico requiere prácticas continuas, evaluaciones procesuales y espacios de aplicación que favorezcan la asimilación de lo trabajado. La repetición

se vuelve una herramienta clave, ya que el ritmo de la enseñanza no siempre acompaña el ritmo interno del aprendizaje. La formación debe estar anclada en la práctica reflexiva [...] para consolidar una comprensión genuina y profunda de sí mismo. (Carabelli, 2013, p 27)

Uno de los puntos más importantes es el grupo, que no funciona simplemente como un marco organizativo, sino como un verdadero organismo vivo en el que se produce una experiencia de contacto profundo. Es en ese entramado vincular donde el terapeuta en formación transita un proceso de transformación personal y profesional, al tiempo que se familiariza con los fundamentos de la terapia Gestalt en su dimensión más vivencial. Lejos

de ser un medio instrumental para adquirir conocimientos, el grupo se presenta como un campo de resonancia, un espejo de lo propio a través del otro, y un espacio de convivencia que habilita un tipo de aprendizaje encarnado. La experiencia grupal es central en la formación, es la matriz, no sólo por su potencial formativo sino por su valor como vía de autoconocimiento, en otras palabras, la convivencia dentro del grupo no es un contexto neutro, sino una situación que invita permanentemente al darse cuenta, al contacto auténtico ya la exposición de las propias resistencias. La formación es también una forma de terapia grupal, donde lo personal y lo profesional se entrelazan inevitablemente, en este sentido, el grupo se convierte en un espacio donde el terapeuta en formación no solo aprende a intervenir, sino también a verse a sí mismo en relación, a descubrir sus mecanismos de ajuste, a integrar aspectos escindidos de su experiencia. Las resonancias emocionales cuando un miembro se abre a un sentimiento profundo serán diferentes en cada miembro y constituyen una red emocional que reunió a un grupo en un todo. “Los procesos grupales tienen una vida propia. Nacen, adoptan identidades a través del tiempo, se diferencian unos a otros, maduran y se terminan” (Perls, 2013, p 125).

La figura del coordinador tiene una relevancia particular dentro de este proceso. Su rol no es el de un guía que dirige al grupo según un plan cerrado, sino el de un facilitador sensible al campo grupal, que acompaña los procesos sin forzarlos, sosteniendo lo que emerge con atención y presencia. Dice Peñarrubia: “El coordinador actúa no desde el poder, sino desde la atención plena a lo que emerge” (1998, p 195). Esto requiere, por parte del formador, una disponibilidad para estar en el aquí y ahora del grupo, tolerando la incertidumbre, la ambigüedad y los tiempos propios de cada recorrido, y se enfatiza que el coordinador debe ser continente, capaz de sostener tensiones. En este marco, la autoridad no proviene de la imposición, sino de la calidad de la presencia y la capacidad de acompañamiento.

En palabras de Carabelli, “El maestro será el grupo, el maestro será alguno de nosotros, el maestro será una parte nuestra que se da cuenta de algo y se lo enseña al resto cuando nos disponemos a escucharnos” (Carabelli, 2013, p 272). Dentro del grupo, es común que surjan resistencias de diversa índole, estas no deben ser vistas como obstáculos, sino como expresiones legítimas de defensa ante lo desconocido, lo nuevo o lo amenazante que a veces aparecen como silencios prolongados, dispersión, ironía, juicios hacia los demás o incluso como conflictos abiertos y lejos de necesitar ser corregidas, estas manifestaciones pueden ser acogidas como parte del proceso y trabajadas desde una actitud de respeto y curiosidad. Así, cuando “el grupo logra sostener estos momentos sin apresurarse a resolverlos, se habilita una posibilidad real de transformación” (Carabelli, 2013, p 246). La experiencia corporal dentro de la grupalidad es otro de los pilares del enfoque gestáltico, el cuerpo no es visto como un añadido a la

experiencia psíquica, sino como su manifestación directa, en la formación, se propicia la atención al cuerpo no sólo como vía de expresión emocional, sino también como territorio de contacto, la observación de los gestos, la respiración, la postura, o el tono de voz permite acceder a dimensiones de la experiencia que muchas veces no encuentran palabras, en la vivencia grupal, los cuerpos interactúan, se afectan, se espejan, y a través de esa interacción se va construyendo un campo de confianza y presencia compartida, todo lo que sucede en el grupo es materia prima del proceso de formación: los acuerdos y desacuerdos, las afinidades, los enojos, los silencios, las confesiones, las retiradas. En ese tejido vivo de relaciones, el terapeuta en formación va entrenando y fortaleciendo su sensibilidad, su capacidad de escucha, y su manera particular de estar presente con otros. Por lo tanto, no es enseñar una técnica, sino transmitir una manera de estar en el mundo y esa forma se transmite en el contacto, en la mirada, en la espera, en el cuerpo a cuerpo con la experiencia. En definitiva, el trabajo grupal en la formación gestáltica no es un recurso más, sino el corazón mismo del proceso.

Tejiendo hilos de la experiencia gestáltica

Yontef plantea que “las estrategias y metodologías utilizadas por quien guía los contenidos, son transmitir la aplicación clínica de las técnicas, enseñando su uso y acompañando al alumno en este momento que incluye entrenamiento, supervisión, evaluación y terapia personal” (Yontef, 1995, p 321).

Fritz Perls, como docente fundador de esta teoría, se enmarcó en una concepción holística del ser humano y propuso nociones como: el *self* -sí mismo-, su vínculo con el entorno, el campo, el ciclo de la experiencia, la autorregulación y polaridades, estos conceptos continúan vigentes y se suman aportes contemporáneos como los de Gary Yontef y Joseph Zinker, entre otros, quienes amplían y revisan críticamente los postulados originales.

La experiencia gestáltica propone un recorrido que comienza con la exploración de los mecanismos que interrumpen el contacto, en relación con el ciclo de la experiencia. Luego, se abordan las técnicas destinadas a su aplicación terapéutica. Finalmente, se ejercita su aplicación clínica en conjunto con otros, favoreciendo la integración de estos recursos en la práctica profesional.

La práctica, en este contexto, es entendida como la acción que se va integrando progresivamente con el conocimiento teórico. Un ejemplo claro de ello es el hecho de que, al incorporar el movimiento corporal, la capacidad de darse cuenta se incrementa significativamente, facilitando también una mayor retención de lo aprendido. “Los ejercicios en grupo, en parejas o en triadas permiten incorporar este nivel de acción,

siendo los juegos de roles especialmente útiles para explorar aspectos desconocidos o rechazados, lo que involucra polaridades” (Zinker, 1979, p 123). A partir de esta práctica, el alumno se ve invitado a ponerse en el lugar del terapeuta, desarrollando una mayor familiaridad con el trabajo corporal y vivencial, lo cual conlleva la posibilidad de experimentar una gama de emociones intensas, como pánico, ira o alegría, así como sensaciones corporales y pensamientos. Este proceso también facilita el alivio de tensiones asociadas a la exposición emocional.

En este contexto, la observación se vuelve una herramienta formativa fundamental. A través de ella, el estudiante puede captar la presencia, el temple y la experiencia del formador para descubrir su propio estilo. La experiencia personal del terapeuta, su calidez, fuerza y confianza en la autorregulación orgánica, no siempre puede ser conceptualizada, aunque se transmite y se percibe en la práctica.

En el contexto del entrenamiento clínico gestáltico, el aprendizaje del docente y del terapeuta en formación se entrelazan en un proceso profundo de integración. Este proceso requiere articular la teoría, la técnica y la vivencia personal.

La supervisión constituye una instancia fundamental del proceso formativo y presenta dos dimensiones. Por un lado, permite que el terapeuta principiante reciba orientación técnica, observaciones y acompañamiento por parte del supervisor. Por el otro, funciona como un espacio terapéutico para el propio terapeuta, donde puede confrontarse con sus puntos ciegos, reconocer sus reacciones emocionales frente al paciente y elaborar las dificultades internas que surgen en el acompañamiento. En este sentido, la supervisión se plantea como una mirada no crítica de las polaridades que emergen en el contacto clínico.

El desarrollo personal del terapeuta es impredecible pero esencial para transmitir la actitud gestáltica. Tal como afirmaba Perls, el ser “es contagioso, y esta cualidad de presencia sólo puede nacer de un proceso vivencial profundo” (1990, p 12). En la mente de Perls no existía división entre ser lo que era y hacer su trabajo lo que *enseñaba* al *entrenar* psicoterapeutas era guiarlos a ser ellos mismos. Confiaba que el hecho de ser era contagioso y que el aprendizaje intrínseco de la psicoterapia era suficiente. Las evaluaciones dentro del proceso formativo no tienen un carácter meramente calificativo, sino que apuntan a la autoevaluación, a la toma de conciencia del propio aprendizaje. Aun así, se espera que cada estudiante alcance determinados niveles de integración y pueda evidenciar su proceso para avanzar en la formación, por esta razón, se consideran fundamentales las entrevistas periódicas que permitan revisar tanto los aspectos técnicos como la evolución del proceso de transformación personal y vincular.

La formación gestáltica tiene un fuerte impacto emocional y existencial, y por ello es necesario un acompañamiento cercano que contemple cómo cada alumno transita su experiencia, cómo se vincula con el grupo y qué cambios surgen en su vida a partir de la

formación. En este recorrido, el rol del docente también se transforma.

La actitud gestáltica: una filosofía de vida encarnada en la práctica terapéutica

“El profesional con habilidad en psicoterapia, es por sobre todo, aquel que puede producir una acción real, [...] es capaz de detectar la actitud apropiada, exacta, reforzarla, exigirle, enseñarla, pues la conoce en sí mismo” (Naranjo, 1990, p 11). Esta noción anticipa lo que en Gestalt se entiende como actitud gestáltica constituye el núcleo filosófico y existencial de la terapia gestalt. Más que un conjunto de técnicas, se trata de una manera de estar en el mundo que atraviesa al terapeuta tanto en su vida personal como en su ejercicio profesional. Tal como sostenía Fritz Perls, no existe una separación entre el ser del terapeuta y su hacer; el trabajo clínico es una expresión de su modo de vivir. Esta actitud no puede ser enseñada a través de libros ni replicada mecánicamente: se transmite vivencialmente, mediante la presencia del terapeuta y su capacidad de ser con el otro. En este sentido, Naranjo reafirma la idea al señalar que “cualquier libro puede describir una técnica, pero una actitud debe ser transmitida por una persona” (Naranjo, 1990, p 15).

Autores como Perls y Claudio Naranjo coinciden en que el cambio terapéutico no se produce por imposición de técnicas, sino por el desarrollo de una actitud de presencia, conciencia y responsabilidad. Esta triada —estar aquí y ahora, estar consciente y asumir la responsabilidad— constituye la base desde la cual se despliega el proceso gestáltico. La técnica, en este marco, es secundaria y solo adquiere sentido como manifestación concreta de una actitud interiorizada. En consonancia con esta perspectiva, Naranjo señala

La actitud básica de la apreciación de la actualidad, es estar consciente y la responsabilidad, se manifiesta en un número de actitudes más específicas que los terapeutas gestálticos aprenden en su entrenamiento y comunican en su trabajo sin predicar [...] se pueden considerar como corolarios de la actualidad, el estar consciente y la responsabilidad (Naranjo, 1990, p 15).

La confianza en la autorregulación orgánica, sostenida por Perls, implica una fe en la espontaneidad y en la capacidad del ser humano de tender naturalmente al crecimiento si se le brinda un entorno de aceptación, de este modo, la terapia se convierte en un espacio de contacto profundo con la experiencia, donde el coordinador acompaña sin invadir, confronta sin imponer y apoya sin sustituir. Esta actitud terapéutica se manifiesta en la valorización del presente, la atención plena a la experiencia y la aceptación radical del sí mismo y del otro.

El verdadero crecimiento ocurre cuando el individuo se acepta tal como es, sin intentar forzarse a ser diferente. Esta aceptación no es pasividad, sino un punto de partida transformador. El cambio, desde esta perspectiva, no es una meta externa sino un efecto

natural de la conciencia. Vivir el presente, abandonar las fantasías y justificaciones, y asumir la responsabilidad de lo que se piensa, se siente y se hace, son principios rectores de esta actitud.

En los talleres de formación, el coordinador gestáltico no teme a las expresiones intensas del alumno, como la agresividad o el descontrol emocional, sino que las considera oportunidades valiosas para profundizar en la conciencia y asumir la responsabilidad de lo vivido. Esta postura se aleja de la tendencia a explicar, justificar o conceptualizar en exceso, ya que ello suele alejar de la experiencia directa, el valor está puesto en lo vivido, en la interacción presente, en la autenticidad del contacto. La actitud se transmite, se contagia, y se aprende en el encuentro. Por eso, los llamados *mandatos gestálticos* —vivir aquí y ahora, dejar de imaginar, observar en lugar de pensar, responsabilizarse sin buscar culpables, aceptar el dolor tanto como el placer— no son reglas sino invitaciones a una forma distinta de habitar la experiencia.

Finalmente, la práctica gestáltica se configura como un arte vivo. La terapia gestalt es así una forma de conocimiento encarnado, de entendimiento que se expresa en la acción y de transformación que nace de la autenticidad del ser.

La relación dialogal en la terapia gestalt: implicancias y condiciones según Yontef

El concepto de dialogicidad propuesto por Gary Yontef representa una contribución central a la teoría contemporánea de la Terapia Gestalt. Desde esta perspectiva, el diálogo no es solo una técnica, sino el fundamento mismo del encuentro terapéutico. Inspirado en la filosofía de Martin Buber, Yontef concibe la relación *yo-tú*, como la limitación de lo propio y lo no propio, como el espacio donde ocurre el verdadero contacto, privilegiando la presencia auténtica, la inclusión del otro y la reciprocidad. En este sentido, el autor se pregunta: “¿Qué es un diálogo? comúnmente es hablar con alguien. Un diálogo existencial es lo que ocurre cuando dos personas se encuentran, como personas, donde cada una es impactada por y responde a la otra, Yo y Tu” (Yontef, 1995, p 189).

El interés se trata de un fenómeno que pertenece al campo del contacto, y solo adquiere valor terapéutico cuando forma parte de una interacción auténtica. En este sentido, no puede ser impuesto ni fingido: emerge como consecuencia de una presencia implicada. Desde esta perspectiva, el coordinador gestáltico no oculta sus dudas, ni reprime sus limitaciones, emociones o experiencias internas. Puede, si es pertinente, expresar abiertamente su rabia, su aburrimiento o sus incertidumbres, siempre en función del proceso compartido (Yontef, 1995). En este marco, el compromiso con el diálogo se traduce en la posibilidad de que cada parte exprese su mundo interno y, al mismo tiempo, sea receptiva a la expresión del otro. El resultado de esta interacción no debe estar

determinado unilateralmente, sino que emerge del espacio relacional compartido, del *Entre*. “Este espacio relacional, tal como lo plantea la teoría del campo, constituye el lugar donde ocurre el verdadero proceso terapéutico, en este sentido, el proceso dialogal es valorado como una estrategia más del proceso de formación” (Yontef, 1995, p 267). Siguiendo con esta idea, el autor afirma que “la dialogicidad, entonces, resignifica el campo terapéutico como una co-construcción viva, en la que el cambio emerge de la relación misma más que de la aplicación de técnicas” (Yontef, 1995, p 206). De este modo, Yontef refuerza la dimensión relacional de la Gestalt, ampliando sus bases existenciales y humanistas.

El entramado vivo del contacto: la teoría del campo como fundamento de la experiencia gestáltica

La teoría del campo constituye uno de los fundamentos centrales de la terapia Gestalt. Su integración con el resto del sistema teórico del enfoque se da de manera orgánica, en tanto mantiene una estrecha correspondencia con la fenomenología, el existencialismo dialógico y una actitud clínica. La formación del terapeuta gestáltico requiere, por tanto, un abordaje profundo de la teoría del campo. Esta teoría no proporciona únicamente una orientación intelectual, sino que constituye una matriz desde la cual se organiza la comunicación terapéutica y se configura el sentido de las intervenciones clínicas. Su comprensión resulta indispensable para quienes deseen apropiarse integralmente del enfoque gestáltico, ya que en ella se asienta gran parte de la metodología que define a esta forma de hacer psicoterapia.

La teoría del campo es el tipo de pensamiento científico que mejor funciona con el resto del sistema teórico de Terapia Gestalt [...] hay una cercana correspondencia entre la teoría del campo y la fenomenología y existencialismo dialogal [...] es el enfoque teórico que mejor abarca los amplios aspectos intelectuales, sociales, culturales, políticos y psicológicos la teoría de terapia Gestalt. (Yontef, 1995, p 270).

El campo se define como la unidad funcional indivisible entre el individuo y su ambiente, una relación dialéctica donde ambos polos se co-constituyen permanentemente. Esta noción permite pensar que algunas personas configuran un sí mismo coherente, mientras que otras manifiestan formas fragmentadas o discontinuas de identidad. En ningún caso se habla de entidades fijas, sino de procesos en constante interacción.

Desde esta visión, el sí mismo no es una esencia fija, sino un proceso que emerge en el campo organismo-ambiente, un fenómeno dinámico que refleja y responde a los movimientos del campo del cual forma parte. En consecuencia, se considera que el campo está constituido por todos los acontecimientos, objetos y relaciones que adquieren

sentido en función de las condiciones situacionales y del interés perceptivo del sujeto. La realidad se construye fenomenológicamente, a partir de la experiencia, las necesidades presentes, los recuerdos y las percepciones previas. El campo es, por tanto, un entramado de relaciones vivas que se actualizan continuamente en el aquí y ahora.

La teoría del campo proporciona conceptos clave para la práctica gestáltica, como los de campo organismo-ambiente, límites de contacto, apoyo, figura y fondo, relación dialógica y construcción fenomenológica de la percepción. Un campo se configura como un *continuum* espacio-temporal, en el que las fuerzas emergen, interactúan y se transforman constantemente.

Desde esta visión, el individuo no posee una existencia independiente del campo, sino que se define en relación con él entendiéndose como una totalidad dinámica, donde todo afecta a todo lo demás. Esta totalidad incluye el tiempo y el espacio presentes, lo que en Gestalt se denomina contemporaneidad.

En este sentido, resulta imprescindible enfatizar la necesidad de estudiar la teoría del campo y su aplicación. Esta teoría ofrece una forma de pensamiento que permite ampliar la comprensión del ser humano como parte de un entramado viviente, donde lo individual y lo colectivo, lo interno y lo externo, se entrelazan en una totalidad en movimiento.

Habitar los extremos: polaridades, vacío fértil y autorregulación

En el marco de la teoría gestáltica, la noción de polaridades ocupa un lugar central para comprender los procesos de conflicto y de integración. Tal como explica Peñarrubia

Polarización, es decir que los polos opuestos se definan con claridad (si están indiferenciados no cabe ni dialéctica, ni darse cuenta, ni integración), que extremen sus posiciones, para poder reconocer quienes son estos contendientes; por ejemplo en un conflicto entre necesidades intelectuales y emocionales. (Peñarrubia, 1998, p 132).

Se trata de polaridades, que son aspectos del ser humano que contiene un opuesto que le otorga sentido al otro. En algunos momentos, una polaridad puede emerger como figura y en otros como fondo, conformando una dinámica que es constitutiva del ser. No obstante, suele ser la mirada parcial del observador la que clasifica erróneamente estas polaridades como incompatibles.

Al observar desde un solo punto de vista, se limita la capacidad de darse cuenta. El punto de partida consiste, entonces, en una actitud centrada que permite observar el movimiento entre los extremos. Según Perls, los opuestos surgen de la diferenciación de una totalidad indiferenciada, a la que denomina *pre-diferente*. El punto cero sería, por tanto, el momento en que comienza esa diferenciación.

La formación gestáltica habilita, en la práctica terapéutica, la posibilidad de reconocer esta diferenciación fundamental que se denomina polarización. Esta permite clarificar los polos opuestos de una experiencia; si estos permanecen indiferenciados, se imposibilita tanto el darse cuenta como la integración de los fenómenos. Por ejemplo, si las necesidades intelectuales y emocionales no son reconocidas ni expresadas, tanto desde la mente como desde el cuerpo, el diálogo entre ambas dimensiones queda interrumpido, impidiendo un reconocimiento mutuo. Esta dificultad se comprende mejor desde la filosofía gestáltica, cuya orientación es esencialmente integradora. La polarización gestáltica no busca dividir, sino despejar el campo para que emerja una integración auténtica.

En este sentido, Perls afirma que el contexto puede determinar la naturaleza de los opuestos. El organismo y el ambiente no deben entenderse como dicotomías, sino como extremos de una misma polaridad que, en el marco del campo, se encuentran en interdependencia. El trabajo de integración de polaridades conduce a la comprensión del ser humano como más que la suma de sus partes, aunque paradójicamente, este proceso exige deconstrucción, despojamiento y aceptación del vacío. Este *vacío fértil*, como se lo denomina, representa una muerte simbólica y un renacimiento parcial que favorece la integración. Algunas polaridades frecuentes en la formación gestáltica incluyen dicotomías como cuerpo-alma, espíritu-carne, femenino-masculino, apoyo-relación, resentimiento aprecio, figura dominante y figura sumisa (perro arriba/perro abajo), y contacto-retirada.

El proceso homeostático es un proceso durante el cual el organismo mantiene su equilibrio y por lo tanto su salud en medio de condiciones que varían... por ende es el proceso mediante el cual el organismo satisface sus necesidades, se auto regula. (Perls, 2013, p 8)

Perls no habla de un *ciclo gestáltico* en términos fijos, sino de un ciclo de autorregulación orgánica, posteriormente formalizado por Zinker como el ciclo de conciencia, excitación y contacto. También se lo denomina ciclo de satisfacción de necesidades, o ciclo contacto-retirada. "Se trata de la descripción paso a paso del proceso que acontece cuando una necesidad orgánica emerge y pugna por su satisfacción" (Perls, 2013, p 22) y se resuelve, pudiendo o no completarse. Se relaciona con la metáfora figura-fondo: el organismo tiende a completar la figura que emerge, aunque esta pueda permanecer inconclusa. A través de este ciclo es posible analizar la fluidez o el bloqueo de la autorregulación.

Desde un punto cero, que representa la situación-campo, aparece una necesidad en forma de sensación difusa. Esta sensación inicial no tiene nombre, se manifiesta como incomodidad corporal o señales sensoriales vagas. El siguiente paso es el darse cuenta, que implica ponerle nombre a esa sensación: "*tengo sed*", "*siento ganas de moverme*", "*quiero hablar con alguien*". Luego ocurre la energetización: se activa la energía corporal en dirección a la necesidad. Posteriormente se produce la acción, en la que el organismo

intenta satisfacer la necesidad. Esta se realiza a través del contacto con el entorno: beber agua, caminar, hacer una llamada. Una vez satisfecha, se produce la retirada, es decir, el regreso al estado de reposo, hasta que emerja una nueva necesidad.

Este ciclo puede concluir, como propone Zinker, con una séptima etapa: la resolución. Perls ya había desarrollado este proceso en 1942, en su formulación de la interdependencia organismo-ambiente. Un ejemplo de este ciclo en una perturbación interna sería el siguiente: una persona se encuentra en reposo (punto cero) y desea leer algo interesante. Esta necesidad penetra en su conciencia (sensación), recuerda una librería (darse cuenta), decide dirigirse allí (energización y acción), compra un libro, lo lee, se cansa y lo deja a un lado (contacto y retirada). En el caso de una perturbación externa, el proceso es similar: una persona acostada (punto cero) es interrumpida por una mosca en su rostro (sensación), toma conciencia de la molestia (darse cuenta), se irrita, busca un matamoscas (energización y acción), elimina la perturbación y vuelve a descansar (contacto y retirada). Ambos ciclos, internos y externos, comparten la misma estructura. Perls lo expresaba como un ciclo de tensión, carga, descarga y reposo, lo cual se alinea con la polaridad básica de la Gestalt: contacto-retirada.

Conclusión

La formación del terapeuta gestáltico se revela, a lo largo de este recorrido, como un proceso complejo y dinámico que excede los límites de la transmisión de conocimientos técnicos. Lejos de responder a un modelo educativo tradicional, esta formación exige la implicación profunda del sujeto que se forma, quien se ve convocado a atravesar un proceso de deconstrucción de sus propias defensas, a reintegrar dimensiones escindidas de su experiencia y a encarnar, desde una actitud vivencial, los principios que sustentan la terapia Gestalt. En este sentido, la teoría se articula con la práctica en un espiral continuo, donde el cuerpo, la emoción, la relación y la conciencia operan como núcleos transformadores.

La revisión de los aportes de Perls, Yontef y Zinker permitió iluminar distintas vías pedagógicas y clínicas para habitar este proceso formativo, revelando matices en las estrategias de transmisión, en la concepción del diálogo, en el abordaje de las polaridades internas y en la comprensión del campo relacional. A pesar de sus diferencias, estos autores comparten un núcleo común: la confianza en la autorregulación orgánica, la centralidad del darse cuenta y el respeto por la singularidad del proceso de cada persona.

A partir de este entramado conceptual y experiencial, la formación en Gestalt se configura como una práctica situada, donde el vínculo pedagógico se vuelve un espacio terapéutico en sí mismo, y donde el aprendizaje surge del contacto real con la experiencia. En esta práctica formativa, el terapeuta en formación no solo adquiere herramientas clínicas, sino que se transforma en la medida en que se atreve a mirar(se), a sentir(se) y a habitar(se) con mayor presencia. Así, la actitud gestáltica no se enseña, se vive.

Por todo esto, puede afirmarse que la formación en Terapia Gestalt no constituye únicamente una preparación profesional, sino también un acto existencial. Se trata de un camino que demanda honestidad, sensibilidad y responsabilidad, y que invita a quien lo transita a convertirse, en cada encuentro, en un espacio disponible para el otro, sin perderse de sí mismo. En definitiva, el terapeuta gestáltico se forma —y se transforma— en la medida en que aprende a ser presencia viva en el campo del encuentro.

Referencias bibliográficas

- Carabelli, E. (2013). *Entrenamiento en Gestalt*. Buenos Aires. Del Nuevo Extremo. Jarma, E. (2022). *El abordaje corporal en la formación de terapeutas desde el enfoque gestáltico* [Trabajo final integrador, Universidad de Palermo]. DSpace.
<https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/2371/Jarma%2C%20Estefany%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Maldonado Torrón, N. (2018). *Formación gestáltica en convivencia* [Trabajo final integrador, Universidad de Palermo]. DSpace.
<https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1917/Maldonado%20Tor%C3%B3n%2C%20Natalia.pdf?sequence=1>
- Molina, G. (2023). *La frustración del terapeuta. Herramientas de formación en el modelo gestáltico* [Trabajo final integrador, Universidad de Palermo]. DSpace.
<https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/971/Molina,%20Gastorn%20.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Naranjo, C. (1990). *La vieja y novísima Gestalt*. Santiago de Chile. Cuatro Vientos Editorial.
- Ocampo, P., Julio, C., & Aguilar, R. D. A. (2022). Exploración del impacto de la supervisión en la formación de psicoterapeutas Gestalt. *Revista Figura Fondo*, 51, 37–52.
- Peñarrubia, F. (1998). *Terapia Gestalt: El vacío fértil*. Madrid. Alianza Editorial.
- Perls, F. (2013). *El enfoque Gestalt y testigos de terapia*. Santiago de Chile. Cuatro Vientos Editorial.
- Yontef, G. (1995). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica*. Santiago de Chile. Cuatro Vientos Editorial.
- Zinker, J. (1979). *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. México. Paidós.