

UNIVERSIDAD DE ALMERÍA



FACULTAD DE PSICOLOGÍA



Trabajo Fin de Grado en Psicología

Convocatoria de julio, 2017

EL CAMPO EN TERAPIA GESTALT

THE FIELD IN GESTALT THERAPY

Autor/a: Franco Nicolás Castellá

Tutor/a: Antonio Manuel Molina Moreno

El campo en Terapia Gestalt

Resumen: La idea de “campo” es uno de los conceptos principales en Terapia Gestalt. De cara a demostrar la importancia del concepto, el presente trabajo tiene como objetivos específicos: 1) realizar una revisión teórica acerca del concepto campo en la Terapia Gestalt y, para ello, expondré su significado y otros aspectos relativos según este enfoque terapéutico (principalmente, la “teoría de campo”), 2) ilustrar la concepción que tienen algunos autores gestálticos sobre el concepto y, finalmente, 3) realizaré una comparación entre el “campo” según este enfoque terapéutico y su análogo “contexto” según el Contextualismo Funcional. Como objetivo general, realizaré un análisis del concepto en la actualidad.

The field in Gestalt Therapy

Abstract: The “field” idea is one of the Gestalt Therapy main concepts. In order to demonstrate the importance of the concept, this study has the following specific aims: 1) doing a theoretical revision about the field concept in Gestalt Therapy, explaining its meaning and other relative aspects according to this therapeutic approach (“the field theory”, mainly), 2) illustrating some gestalt authors’ understanding about this concept and, finally, 3) I’m going to do a comparison between the concept “field” from the Gestalt approach and the concept “context” according to the Functional Contextualism. I’m going to analyse the concept at present as a general objective as well.

Índice

1. Introducción	4
1.1. La experiencia co-creada	4
1.2. El organismo como un todo	6
1.3. Una definición de teoría de campo	8
1.4. El campo terapeuta-paciente	8
2. La teoría de campo	12
2.1. Los cinco principios de la teoría de campo	14
2.1.1. Principio de Organización	15
2.1.2. Principio de Contemporaneidad	16
2.1.3. Principio de Singularidad	17
2.1.4. Principio de Proceso Cambiante	18
2.1.5. Principio de Posible Relevancia	19
3. Concepciones del campo	20
3.1. Fritz Perls, Ralph Hefferline y Paul Goodman	20
3.2. Malcolm Parlett	21
3.3. Jean-Marie Robine	22
3.4. Carmen Vázquez Bandín	23
4. El campo en Terapia Gestalt y el contexto en Contextualismo Funcional	25
5. Conclusiones finales	27
6. Referencias	31

1. Introducción

El concepto de “campo” es una de las ideas base de la Terapia Gestalt. Si bien puede parecer exclusivo de dicha terapia, la idea de fondo del concepto, aunque con distintos nombres y especificaciones, también está presente en otros tipos de terapias (como, por ejemplo, el “contexto” en el Contextualismo Funcional). Además, en el ámbito cotidiano se entiende el concepto de una manera más coloquial. Así, una persona no relacionada con el estudio de la Psicología entiende que ella misma está en interacción con todo lo que la rodea (los demás, los recuerdos del pasado, los objetos, etc.) y que, de alguna forma y quizás sin percatarse de ello, también entiende que hay una influencia mutua entre ella misma y su entorno. De esta manera, no es raro escuchar a alguien decir “en el campo de la ciencia” o “en el ámbito de la familia”, utilizando la idea del concepto para referirse a un tipo de campo específico. Sin embargo, lo fundamental aquí es la importancia que ha tenido el concepto en las aplicaciones terapéuticas, más concretamente, y en lo que a la finalidad de este trabajo se refiere, en la Terapia Gestalt, con una apropiada concepción y adecuación del mismo.

De cara a demostrar la importancia de este concepto, el presente trabajo tiene como objetivos específicos: en primer lugar, realizar una revisión teórica acerca del concepto “campo” en la Terapia Gestalt y, para ello, expondré su significado y otros aspectos relativos (principalmente, la teoría de campo), en segundo lugar, ilustrar qué concepción tienen algunos autores gestálticos sobre el concepto, como Fritz Perls, Ralf Hefferline y Paul Goodman, Malcolm Parlett, Jean-Marie Robine y Carmen Vázquez y, en tercer lugar, realizaré una comparación entre el “campo” según la Terapia Gestalt y el “contexto” según el Contextualismo Funcional. Además, como objetivo general, realizaré un análisis del concepto en la actualidad.

1.1. La experiencia co-creada

En toda la compleja historia de la Terapia Gestalt el protagonista principal fue su fundador, Friederich Salomon Perls (más comúnmente llamado Fritz Perls) (Picó, 2014), aunque tampoco puede pasar desapercibida Laura Perls, con quien contrajo matrimonio. Tal y como cuenta Peñarrubia (2014), la vida y tiempo cultural de Fritz Perls van profundamente ligados a sus aportaciones sobre su concepción psicológica y

psicopatológica del ser humano. Aunque su visión tuvo influencias de muchos ámbitos de la psicología y la filosofía (Picó, 2014), las influencias del Psicoanálisis y de la Psicología de la Gestalt son considerados de forma decisiva los más influyentes en el desarrollo de la Terapia Gestalt (Peñarrubia, 2014). Asimismo, Fritz y Laura Perls tuvieron claro, desde los inicios de la terapia, que la “experiencia” es una base fundamental de psicoterapia, ya que la consideraban la asimilación instantánea y, por tanto, el cambio hacia la desrigidización de automatismos y actualización. Así, la Terapia Gestalt persigue el objetivo de ser una psicoterapia de la experiencia, conseguir crear un campo terapéutico en el que una persona en terapia consiga vivenciar, despertar su habilidad de estar en el presente con la implicación del terapeuta (Vázquez, 2008). De esta manera, se puede observar que es en el campo donde tiene lugar la experiencia capaz de producir cambios en las personas, demostrando su implicación fundamental en la terapia.

Además, esta terapia también es considerada una teoría de campo, ya que, como dice Vázquez (2008), atiende y se ocupa de los procesos de interacción e influencia mutua que se dan entre los elementos existentes: un organismo y su entorno en el campo que “co-crean”. Es decir, la idea de campo aquí utilizada sería todo aquello que rodea (no sólo el ámbito físico) cuando se da esa interacción entre el organismo humano y su entorno. Y Perls (1951) lo considera como “una totalidad de fuerzas que se influyen recíprocamente y que en conjunto forman un todo interactivo y unificado” (citado en Huguet, 2005, párr. 12). En otras palabras, se puede decir que cuando estamos con alguien, ambos influimos en el campo presente, y cuando cambiamos de situación y estamos con otras personas podemos notar que hay algo que cambia, que nuestro alrededor ya no es el mismo que con otras personas. De ahí que, por ejemplo, en terapia nuestros sentimientos, aunque los tenga cada uno, también forman parte y son en relación al campo de ese momento.

En ese sentido, después de todas las evoluciones y cambios que se han producido en la terapia, actualmente se parte de que los humanos somos organismos que interaccionamos continuamente con nuestro entorno (Picó, 2014), entendido ampliamente como todo lo que rodea al proceso de interacción (incluidos otros organismos), y que, de alguna manera, interdependemos el uno del otro para formar nuestra experiencia. Es por ello por lo que la Terapia Gestalt en sus inicios se refirió al concepto de campo como “campo

organismo-entorno” y su centro de estudio es el punto medio, el guion que une organismo y entorno, la frontera entre el organismo y su entorno denominada “frontera-contacto”, donde las fuerzas de interacción convergen mediante el “proceso de contacto” y cuyo resultado en el campo es la experiencia, obtenida mediante la dinamización de los intercambios que se producen entre el organismo y el entorno a través del *self-en-acción* (Vázquez, 2008).

Así, los terapeutas Gestalt centran su atención en lo que ocurre, por ejemplo, entre ellos mismos y el otro en el campo en el que se encuentran (en ese momento, el lugar donde están, sus pensamientos, sus opiniones, sus recuerdos emergentes en ese momento, etc.). Lo importante sería, entonces, metafóricamente, cada ingrediente que cada persona de un grupo terapéutico, por ejemplo, echa en el caldo de la olla que en esa sesión están “elaborando”. Esto significa que cada persona aporta algo al grupo y que, también, el grupo aporta algo a esa persona, permitiendo así que en la olla ocurran cosas relevantes. Es decir, si una persona del grupo está narrando sus miedos en terapia grupal, de ese miedo también “beberán” los demás miembros, porque los demás pueden recordar alguna situación en la que hayan tenido miedo, comprender lo que la otra persona está viviendo y exponerlo también delante de todos, elaborando así un caldo del que todos los miembros del grupo contribuyen a formar y, asimismo, beber de él.

Por consiguiente, del campo se puede deducir la importancia que se le da a cada persona considerándola como única, ya que el concepto supone que cada persona tiene su propia historia, sus sentimientos y su forma de ver el mundo, y eso influye en los campos donde se encuentre y con quienes se encuentre, co-creando, de esa manera, tantas posibilidades de campo como personas hay en el mundo.

1.2. El organismo como un todo

Fritz Perls, así como consideró desde sus inicios la experiencia como un elemento importante en terapia, también lo fue para él el carácter holístico y totalizador del ser humano. Esta fue una de las mayores influencias de la escuela de la Psicología de la Gestalt en la terapia, que, en palabras de Malcolm Parlett (2007), “enfaticó que la percepción humana tenía una estructura y un patrón y no debía reducirse con el pensamiento atomístico en simples componentes” (p. 41), contraponiéndose así a la

ciencia reduccionista. Así, Perls y demás fundadores de la Terapia Gestalt buscaron reivindicar la naturaleza indivisible de la experiencia fenomenológica con la perspectiva holística (Parlett, 2007). De esta manera, como Peñarrubia (2014) señala, Perls se fundamentó en la teoría de campo unificado de Lewin para apreciar al organismo humano como un todo, incluyendo lo interno y lo externo, reaccionando contra el pensamiento que confundía lo parcial con lo total, que se centraba en diferenciar cada parte del ser humano (física y espiritualmente, por ejemplo), perdiendo así el campo total que permite que las polaridades se complementen de alguna manera: si yo, por ejemplo, me considero totalmente empático y siempre quiero ayudar a los demás y no me considero para nada egoísta, negándolo totalmente, como una escisión entre empatía y egoísmo, no podré disponer de egoísmo cuando la situación o el campo lo requiera como adecuado (porque hay veces en las que es necesario pensar en sí mismo y tener respeto propio). Se trata de establecer el equilibrio del eje en el que cada polo es, respectivamente, empatía y egoísmo y utilizar cada uno cuando el campo lo considere adecuado. Perls (1973) lo decía así:

Así, finalmente hemos llegado a introducir en la psicología el concepto de campo unificado (concepto holístico) que los científicos han esperado por largo tiempo y los psicomatistas han buscado a tientas. En consecuencia, este concepto nos da una herramienta para tratar con el hombre en su totalidad, viendo cómo se imbrican sus acciones mentales y físicas (citado en Peñarrubia, 2014, p. 106).

En consecuencia, vemos cómo toda la naturaleza es un campo unificado, donde el organismo forma parte de esa naturaleza y se encuentra consigo mismo, con sus situaciones sociales y culturales y el medio ambiente que lo rodea, formando un todo: el campo total (Burga, 1981). Nuevamente, como dijo Parlett en la Cuarta Conferencia Británica de Gestalt en Nottingham en 1990, somos “gente en relación, en comunidad (...) y una perspectiva holística hacia la persona se amplía para incluir el entorno, el mundo social, las organizaciones, la cultura” (párr. 7), porque existe una influencia mutua entre todo ello, uno es afectado por lo otro y viceversa, y son indivisibles (Aparicio, 2013). Asimismo, Parlett, en la misma línea que Perls, también piensa que no se deben reducir los fenómenos complejos interactivos dividiéndolos en partes, sino que hay que considerar la situación general como una totalidad, representando estos fenómenos

holísticamente en sus contextos, situaciones y entornos y, además, también considera que este punto de vista es esencial en la Terapia Gestalt (Aparicio, 2013).

1.3. Una definición de teoría de campo

Habiendo expuesto todo esto hasta aquí, parece claro que los organismos estamos constantemente influenciados por el entorno, así como el entorno también está influenciado por los organismos.

De una manera resumida y, a mi entender, de forma bastante clara, Yontef compacta toda su visión de la teoría de campo en la siguiente definición:

La teoría de campo es un marco o punto de vista para examinar y elucidar eventos, experiencias, objetos, organismos y sistemas como partes significativas de una totalidad conocida de fuerzas mutuamente influenciables que juntas forman un todo (campo) unificado interactivo continuo, más que clasificar según su naturaleza innata o analizar aspectos desunidos y formar todos y-sumativos. La identidad y calidad de tal evento, objeto u organismo está sólo en-un-campo contemporáneo y sólo se puede conocer a través de una configuración formada por una interacción mutuamente influenciable entre perceptor y percibido (Yontef, 2009, p. 303).

Hay que mencionar, además, que el campo también es una metáfora que ayuda a describir la experiencia de interacción que se produce entre el organismo y el entorno en el momento presente (Vázquez, 2008). De ahí que el campo es un concepto necesario y difícil de definir de manera exacta, ya que muchos subcampos “son esquivos, fugaces y difíciles de aprehender” (Parlett, 2007, p. 42). Así, es un aspecto importante a destacar dentro de la terapia, y por ello es conveniente hablar sobre el campo terapeuta-paciente.

1.4. El campo terapeuta-paciente

Según Yontef (2009), “la teoría de campo” (que se expone en el siguiente apartado) “es un enfoque para estudiar algún tema, y el “campo” es la herramienta básica de ese enfoque” (p. 277). Por tanto, se puede decir que el campo terapéutico sirve para la Terapia

Gestalt como una herramienta para la intervención, demostrando así su importancia en la psicoterapia.

Carmen Vázquez (2008) resalta algunos puntos teóricos generales de la Terapia Gestalt que, además de ser utilizados por los terapeutas en algunas de sus intervenciones, también están estrechamente relacionados con el campo terapéutico:

- Se centra en el aquí-y-ahora de la situación presente en curso entre paciente y terapeuta;
- Se basa en lo fenomenológico de la relación, llamando a esto frontera-contacto y/o *self*-en-acción que, como se dijo anteriormente, es donde tiene lugar la experiencia;
- Tanto el terapeuta como el paciente están implicados en la sesión.

Es este último punto el que más quiero resaltar en este momento, ya que en el enfoque gestáltico se busca la relación igualitaria entre terapeuta y paciente integrándose ambos en el campo del proceso de psicoterapia (Vázquez, 2008). De esta manera, se puede deducir que la implicación del terapeuta en el campo terapéutico es una de las claves del éxito en la intervención (Huguet, 2005). Esto ya lo dejaba claro uno de los principales representantes de la Terapia Gestalt, Joseph Zinker, cuando dijo que “el terapeuta gestalt es su mejor herramienta” (Zinker, 1977, citado en Huguet, 2005 párr. 26). Esto significa que la mejor manera para obtener información destacada para una intervención terapéutica eficaz es siendo consciente del propio proceso vivencial del terapeuta con el paciente (Huguet, 2005). En consecuencia, la involucración personal del terapeuta es una característica importante de la Terapia Gestalt, ya que esta implicación permite su incorporación al proceso experiencial que acontece entre el individuo y el terapeuta: el contacto, consiguiendo que este sea más auténtico y favoreciendo así la confianza que el paciente deposita en el terapeuta y, por tanto, a que co-creen un campo que haga posible una buena intervención. Esto quiere decir que “cada sesión de terapia es una relación basada en la intimidad y en la autenticidad tanto del paciente como del terapeuta” (Vázquez, 2008, p. 141). En palabras de Huguet (2005) como terapeuta:

Es a través de la toma de conciencia de nuestro propio proceso vivencial en el encuentro con el paciente que podemos obtener información

relevante para la intervención que estamos llevando a cabo. Al pasar como terapeutas a ser una parte integrante del campo en el que se proyectan y transfieren muchos de los asuntos inconclusos de los pacientes y al permitirnos sentir y entrar en contacto con cada una de las sensaciones experimentadas, se entra de esta forma en contacto con toda una serie de figuras emergentes que van orientándonos en la búsqueda de la comprensión acerca de los factores o pautas de interrelación subyacentes en el proceso (Huguet, 2005, párr. 26).

En ese sentido, los terapeutas Gestalt forman parte del campo terapéutico y, con sus sensaciones y acciones, también co-crean el campo junto con sus pacientes para así conseguir hacer el trabajo terapéutico. Esta es, probablemente, la diferencia fundamental entre este enfoque terapéutico y los demás, ya que no hay unas reglas de comportamiento predeterminadas que guían la terapia (Huguet, 2005) ni tampoco una posición de poder del terapeuta con respecto a quienes acuden a terapia. Según Latner (1992):

El campo incluye a quien lo estudia o lo observa. (...) Todo lo que sucede en terapia es creado por el terapeuta y la persona o personas que acuden al encuentro; el trabajo terapéutico es el resultado de la participación de todos (citado en Parlett, 2007, p. 45).

Debido a esta característica del campo, se supone, por tanto, que el terapeuta forma parte del campo terapéutico tanto como el paciente que acude a terapia. En consecuencia, en la interacción entre ambos surge “algo” producto de esta relación y que no pertenece a ninguno de ellos (Parlett, 2007). Es lo que se denomina “contacto creativo” entre el terapeuta y el paciente, donde “cada uno participa en la creación del otro” (Beaumont, citado en Parlett, 2007, p. 45). Además, ese “algo” antes mencionado es una realidad co-creada que se produce en la experiencia fenomenológica de la terapia, surgiendo así un campo compartido entre el terapeuta y paciente que, una vez estructurado y organizado, comienza a regular la interacción (Parlett, 2007). Con esto se quiere decir que el terapeuta está en la misma línea que el paciente, que no existe ninguna posición de poder que haga que esté por encima del paciente, y que entre ambos crean una experiencia única de terapia donde comparten el mismo campo terapéutico. De esta manera, todo lo perteneciente a un campo está determinado por el mismo. Así, por ejemplo, el progreso del paciente en

terapia está determinado no sólo por su motivación y fuerza, sino también por el trabajo del terapeuta, por la relación que co-crean entre ambos, por la familia, amigos y, en definitiva, todo aquello que forma el campo total del paciente, donde todo interacciona dinámicamente entre sí (Yontef, 2009).

Otro rasgo importante de la terapia es el “darse cuenta”. Yontef (2009) lo define como “una forma de experiencia que se puede definir vagamente como estar en contacto con la propia experiencia, con lo que es” (p. 134). Según el enfoque gestáltico, sería un proceso importante de atención a los eventos relevantes del campo organismo-entorno del paciente energizado por su necesidad actualmente dominante, donde él mismo se percató de que el campo es una unidad que integra las partes que lo forman. Así, cuando un paciente viene a terapia refiriendo que tiene un problema, esto sólo deja claro el sesgo que presenta su “capacidad de darse cuenta de la situación que no sabe resolver” (Vázquez, 2008, p. 139). En este proceso, mediante el diálogo, el paciente es capaz de integrar el campo con la ayuda del terapeuta, modulando su campo perceptivo para que emanen las figuras y vuelvan a integrarse en el fondo como un todo (Yontef, 2009), permitiendo así lo que Perls denominó la “autorregulación orgánica” (Peñarrubia, 2014), que, en palabras de Vázquez (2008), “es el mecanismo por el cual el organismo humano se regula a sí mismo en su relación con el entorno. Y es a través de los déficits como descubre sus necesidades” (p. 231). Aquí vemos que el campo vuelve a ser una parte importante e inseparable de un proceso que muchos gestaltistas (como Laura Perls) consideran, junto con el diálogo, uno de los pilares de la Terapia Gestalt: el darse cuenta. De esa manera, este proceso tiene como objetivo darse cuenta de cómo está organizado el campo (su estructura, las emociones, necesidades, motivaciones, conductas, conocerse a uno mismo y al otro, responsabilizarse reconociendo su propia parte del campo) (Yontef, 2009).

Acorde con todo lo que se viene diciendo hasta aquí, si consideramos que lo personal y lo situacional no están separados y son vistos como una única realidad (holística e interrelacionadamente hablando), se puede decir que los cambios que se produzcan en una parte del campo, como consecuencia, también producirán cambios en otras partes del campo (Parlett, 1997, en Aparicio, 2016). Por consiguiente, si se le plantea el desafío de realizar actividades que el paciente no había hecho con anterioridad (mediante lo que se conoce como “experimentación” en la Terapia Gestalt), contribuyendo así a manipular

las condiciones del campo, se producirán cambios en él permitiendo que se produzcan cambios en otras partes del campo que estén perjudicando las condiciones de vida del paciente (Aparicio, 2016).

En definitiva, está claro que lo que funciona en el campo para poder llegar a un darse cuenta del paciente es la relación en igualdad de posición entre el terapeuta y el paciente, cómo ambos co-crean la relación y el campo que los rodea, y cómo se use a sí mismo el terapeuta como herramienta de terapia. Con todo ello, me gustaría añadir una frase de Yontef (2009) escrita en la contraportada de su libro que deja claro lo importante que es la relación entre el terapeuta y el paciente: “La eficacia de una psicoterapia reside en la calidad de la relación terapéutica, la que debe construirse a partir de la confianza y la fe en el paciente, en su experiencia y en sus procesos”.

2. La teoría de campo

La “teoría de campo” fue formulada por de Kurt Lewin en 1922. Lewin fue un psicólogo e investigador alemán (Sellés y Estevan, 2014), considerado el fundador de la psicología social actual y miembro de la escuela Gestalt de psicología (Aparicio, 2016), cuya contribución, además, como dice Marrow (1969), “tuvo un impacto a largo plazo en la psicología del siglo XX que rivaliza con la de Sigmund Freud” (citado por Parlett, 1991, en Aparicio, 2013, párr. 11). Su trabajo sobre esta teoría ha servido como punto de partida para desarrollar más a fondo las ideas de campo por los terapeutas gestaltistas (Parlett, 2007).

En 1840, Faraday y Maxwell, científico-físicos que estudiaron el electromagnetismo, utilizaron la palabra “campo” para describir el campo magnético. Es lo que ocurre, por ejemplo, cuando se esparcen partículas de hierro sobre una hoja de papel, en la que por debajo se sitúa un imán, formándose así ciertos patrones que representan el campo magnético y la configuración de sus fuerzas inherentes (Parlett, 2007). Este término fue importado de la física moderna para describir lo que Lewin (1952) pensaba que ocurría de forma similar en psicología, y lo definió como “una totalidad de hechos coexistentes que son concebidos como mutuamente dependientes” (citado en Maurí, 2013, p. 2). Explicó que las fuerzas e “influencias actúan en conjunto, afectándose en una relación interactiva compleja, para producir un resultado específico, en una situación particular y

en un tiempo determinado” (Parlett, 2007, p. 44). Parlett (1997) lo expresó de una manera más entendible mediante el siguiente ejemplo: el deseo de una persona que es impedido por algún o algunos obstáculos presentes en su entorno, o en sus creencias y actitudes o bien cómo la conducta que realmente hace es una función de todos esos grupos de influencias interrelacionadas interactuando juntas (Aparicio, 2016). De esa manera, explica Parlett (1997), el campo de Lewin sería como “una representación espacial de la realidad psicológica de la persona” en la que “la realidad interna y la externa están ambas contenidas en el campo, como lo están otras distinciones –como persona y situación, y figura y fondo” (Aparicio, 2016, p. 2). Así, deja claro que el campo unifica y no elimina esas divisiones (internas y externas de la persona, situación, etc.), sino que son fenológicamente temporales (Aparicio, 2016). De esa manera, podemos ver que Lewin unió todas estas ideas en lo que llamó “teoría de campo”, donde el campo es una metáfora para describir acontecimientos complejos que se interrelacionan entre sí, donde las influencias sociales externas interactúan con motivaciones internas de una persona (Parlett, 2007), donde “el comportamiento (de las personas) puede ser definido como una función que depende tanto de la personalidad como del entorno, y que incluso el entorno es una función de la personalidad y la personalidad una función del entorno” (Maurí, 2013, p. 3).

En definitiva, es indudable que el trabajo de Lewin fue decisivo, aunque de forma indirecta, a la hora de influenciar la formulación de la Terapia Gestalt. Sin embargo, no fue el único. Entre los antecedentes de este enfoque, nos encontramos con Smuts (1926), que, en la misma línea de pensamiento de Lewin, también pensaba que las personas, las cosas e incluso las ideas abstractas son centros que están “rodeados por zonas, auras o esferas de la misma naturaleza que el centro, solo que más atenuados y desapareciendo en lo indefinido” (citado por Parlett, 1997, en Aparicio, 2016, p. 2). Aquí podemos observar que tenía un pensamiento relacional en cuanto a la idea del concepto de campo.

Además, es necesario recalcar que todo lo relativo a la perspectiva de campo contrasta con la visión dualista que separa al organismo de su entorno, de todos los sistemas de los que forma parte. Ya desde los inicios del enfoque gestáltico Perls, Hefferline y Goodman (1951) hablaban de cambiar esta perspectiva dualista por otra que unificara al organismo con su entorno y que no los contrastara como uno el opuesto del otro (Parlett, 1997, en Aparicio, 2016). En la misma línea, Parlett (1997) lo decía de la siguiente manera:

Como profesionales de la Gestalt, nunca trabajamos realmente con solo un individuo porque los seres humanos siempre existen en sistemas de relaciones. Se identifican con familias, comunidades, grupos profesionales y nacionalidades. (...) Sirven como un importante estabilizador humano y contribuyen significativamente a un sentido de identidad. Las personas y los sistemas colectivos se entrelazan y necesitan ser considerados juntos como un campo unificado. (Aparicio, 2016, p. 1).

En la actualidad, no es de extrañar que el enfoque gestáltico presente varias corrientes de trabajo, ya que, como dice Vázquez en Spagnuolo (2011), la tarea que tienen en sus manos como seguidores y profesionales gestálticos es la de desarrollar, matizar, de modo útil y eficaz, los planteamientos básicos que dejaron Parls, Hefferline y Goodman (1951), apoyando también la idea de Spagnuolo (2011) de que “la creatividad y la integración de la diversidad siempre han sido las características más sobresalientes y también lo que atrae mayormente del trabajo gestáltico” (pp. 37 y 38). Una de ellas es considerar al terapeuta como un maestro que guía, deshaciéndose, en cierta manera, de la relación igualitaria que Vázquez (2008) considera importante en el trabajo terapéutico con el paciente y que, en contraste con la anterior, se considera otra de las corrientes que se siguen en la Terapia Gestalt. En ella se le da mayor énfasis a la teoría de campo y, de esta manera, de acuerdo con Yontef y Resnick (1995), esta teoría sería uno de los tres pilares, junto con la fenomenología y el diálogo, que sostiene al enfoque de la Terapia Gestalt como uno particular (citado por Parlett, 1997, en Aparicio, 2016) y distinto a los demás enfoques psicológicos.

2.1. Los cinco principios de la teoría de campo

Parlett (1991) remodeló en cinco principios o proposiciones los principios que propuso Lewin para describir la teoría de campo, considerándolos característicos de la forma de apreciar la realidad como terapeuta en la Terapia Gestalt. De esta manera, Parlett considera la teoría de campo como un conjunto de principios, una mirada, un método y una forma completa de pensar que tiene que ver con la íntima interconectividad que hay entre los acontecimientos y los marcos o situaciones en las que éstos tienen lugar. Estos principios son (Parlett, 1991, en Aparicio, 2013): Principio de Organización, Principio de

Contemporaneidad, Principio de Singularidad, Principio de Proceso Cambiante y Principio de Relevancia Posible.

2.1.1. Principio de Organización

Parlett (1991) explica con este principio que el significado se origina teniendo en cuenta la “situación total, la totalidad de factores co-existentes” (párr. 18) . Con ello quiere decir que el campo total define las cosas que están presentes en él, dependiendo de él, estableciendo que el significado de las cosas deriva de la situación total (Aparicio, 2013). Así, “según la posición que se tenga en el campo y la interacción con los elementos en él, será la significación que tendrá un hecho” (Gentile, 2011, p. 11). Lewin (1952) lo explicó diciendo que la ocurrencia de una conducta depende de “la constelación (estructura y fuerzas) de un campo específico como una totalidad” y “el significado de un solo hecho depende de su posición en el campo”, y no de la presencia o ausencia de un hecho o hechos vistos individualmente (citado por Parlett, 1991, en Aparicio 2013, párr. 19). Visto desde esta perspectiva, todo está interconectado y el significado de algo depende del campo total (Aparicio, 2013).

Pongamos por caso que (en la misma línea que el ejemplo que puso Parlett en la “Cuarta Conferencia Británica” en 1990) ocurriese un terremoto mientras un grupo de personas asisten a un espectáculo en un teatro, provocando que algunas personas hayan sido heridas. En consecuencia, el campo total presente se “reorganizaría” para dar lugar a un espacio que permita ayudar a esas personas, utilizando, por ejemplo, algunas mesas para atender a los heridos, moviendo las sillas para que no haya obstáculos, etc. De esa manera, todo cambiaría del significado original (un campo organizado en espectáculo) a un significado diferente (un campo organizado provisionalmente como un hospital), cambiando así las propiedades de las cosas, viendo que sus características están definidas según la organización que precise el campo total (Aparicio, 2013).

Yontef (2009) dijo que “la red de cualquier fenómeno natural es un todo organizado e integrado” y que “en la red de relación, hay una organización dinámica inherente” que “está siempre determinada por numerosas variables determinantes”. Esta organización es la que está presente en cualquier campo que, como se ha venido diciendo, “cambia en el tiempo” y está inseparablemente unida al campo (Yontef, 2009, p. 281). De esta manera,

en terapia las soluciones de los problemas que se producen en la organización del campo del paciente, también están presentes en la dinámica del campo y, cuando terapeuta y paciente están “plenamente presentes” compartiendo los significados entre ellos en la relación dialogal, se ha demostrado que es más consecuente y eficaz decirle cómo está siendo afectado, dinamizando así el cambio de organización de su campo total (Yontef, 2009).

2.1.2. Principio de Contemporaneidad

Este principio establece que son las influencias que están en un campo las que determinan la conducta presente (Aparicio, 2013). De esta manera se fundamenta la importancia del aquí-y-ahora de la Terapia Gestalt. Así, como Parlett (1991) cita a Lewin, las cualidades de “la situación en un momento dado debe incluir el-pasado-como-es-recordado-ahora”, no dándole una causalidad de la conducta presente a los acontecimientos pasados, “y el-futuro-como-es-anticipado-ahora” formando ambos “parte del campo experiencial de la persona en el presente” (Aparicio, 2013, párr. 24). Esto quiere decir que todos los recuerdos del paciente y todas motivaciones o planes futuros (que vienen al presente por ser significativos para él) forman parte de su realidad presente, cambiante y temporal:

El pasado psicológico y el futuro psicológico son partes simultáneas del campo psicológico en un momento dado. La perspectiva temporal está cambiando continuamente. De acuerdo con la teoría de campo, cualquier tipo de conducta depende del campo total, incluyendo la perspectiva temporal en ese momento, pero no, además, de cualquier campo pasado o futuro y sus perspectivas temporales (Lewin, 1952, citado en Aparicio, 2013 párr. 25).

La importancia de lo que establece este principio en el enfoque gestáltico ya se apreciaba desde sus inicios. Aunque no se resaltaba en términos de teoría de campo, Perls (1947) ya decía que el presente es nuestro “centro temporal” como “eventos humanos conscientes en el espacio-tiempo” y que “no hay otra realidad fuera del presente” (citado por Yontef, 2009, p. 291). Su importancia se puede ver en el hecho de que el darse cuenta ocurre en el aquí-y-ahora, incluyendo recordar y anticipar (Yontef, 2009). De esta manera:

Perderse en alguna zona del tiempo, perder el flujo de tiempo, perder el darse cuenta de la función presente del darse cuenta, se consideró siempre una distorsión de él y a menudo juega un rol en la distorsión psicológica (Yontef, 2009, p. 291).

En consecuencia, el trabajo terapéutico en este enfoque está centrado en el presente, en “lo que es”, pero no porque no se le dé importancia a la experiencia pasada del paciente ni al futuro planeado, sino que la atención está dirigida a cómo es recordada, evitada, magnificada o infravalorada alguna experiencia pasada o a cómo los planes del futuro forman parte de la realidad presente (Aparicio, 2013). Además, en el campo presente de la terapia se incluyen y forman parte el terapeuta y el paciente, ambos influenciando inevitablemente el campo total y, por tanto, a cómo se recuerda un evento pasado o cómo se percibe el futuro en ese momento dado (Aparicio, 2013). Así, como dice Yontef (2009), “el campo es interactivo, determinado por las fuerzas concurrentemente presentes” (p. 279). Se justifica así la Terapia Gestalt como enfoque fenomenológico, centrando su atención en los acontecimientos que ocurren en el presente de la situación de la terapia (Aparicio, 2013).

2.1.3. Principio de Singularidad

Establece que cada campo persona-situación es único, que “las circunstancias nunca son exactamente las mismas, y diferentes personas tienen inevitablemente diferentes perspectivas o puntos de vista, incluso aunque parezca que están localizadas en el mismo tiempo y lugar” (Aparicio, 2013, párr. 29). En palabras desde el enfoque gestáltico, cada experiencia fenomenológica de cada persona son todas diferentes unas a otras, lo relevante para cada uno depende de su fondo, su necesidad presente, a sus asuntos inconclusos pasados (Aparicio, 2013). De esta manera, como Parlett (1991) dice, el terapeuta en una de sus sesiones atenderá a las circunstancias particulares de cada uno de sus pacientes, “al grado de su consciencia inmediata (darse cuenta), al tiempo disponible, a la naturaleza de” sus “resistencias, a la naturaleza de” su “necesidad presente y a las formas en las que la persona interrumpe el contacto” (Aparicio, 2013, párr. 30). Así, por ejemplo, atenderá a las particularidades de la anorexia de un paciente que trae consigo un campo total único. Esto permite “estudiar cualquier evento, ya que es posible observarlo,

medirlo, etc., sin necesidad de tener que clasificar una gran cantidad de repeticiones” (Yontef, 2009, p. 285).

En consecuencia, Parlett (1991) sospecha de todas las generalizaciones porque implican similitudes inherentes y “la realidad de la situación presente puede no ser apreciada en toda su especificidad” (Aparicio, 2013 párr. 32).

2.1.4. Principio de Proceso Cambiante

Este principio se refiere a que el campo está en permanente cambio, es “nuevamente construido momento a momento” y, por tanto, “no podemos tener dos veces la misma experiencia” ya que “es provisional más que permanente” (Aparicio, 2013, párr. 34). Yontef (2009) lo decía así:

Todo y todos se mueven y devienen. En una orientación de proceso, todo es energía (movimiento, acción), todo se estructura mediante las fuerzas dinámicas del campo, todo se mueve en el tiempo y el espacio. En el campo, los fenómenos son un todo continuo más que partículas desunidas, y el campo se considera más en movimiento que estático (Yontef, 2009, p. 293).

En la Terapia Gestalt el campo organismo/entorno está en acción y en proceso de devenir, evolucionar y cambiar. De la misma manera que el universo, tal y como hoy se considera, está en expansión o contracción, también lo está el campo. “Todo cambia” (Yontef, 2009, p. 294). De esa manera, entonces, tal y como piensa Parlett (1991), la teoría de campo es relativista. No puede haber puntos de corte que señalicen cuándo acaba el límite porque todo el campo está en constante flujo, las percepciones están siendo recreadas continuamente y el equilibrio y la estabilidad están siendo restauradas momento a momento (Aparicio, 2013). Así, por ejemplo, no se puede decir que una persona “es” introyectiva, porque estaríamos esencializándola, dotándola de cualidades permanentes, poniéndole límites, yendo en contra del proceso de continuo cambio del campo, interfiriendo más que ayudando. Incluso hay veces que esa persona no está introyectando. Por todo ello, Parlett considera que debemos ser cautos con la tendencia a sistematizar y hacer fijas categorías y definiciones (Aparicio, 2013).

2.1.5. Principio de Posible Relevancia

Este principio afirma que ninguna parte del campo total puede ser excluida de antemano como inherentemente irrelevante, por muy mundana, omnipresente o aparentemente tangencial que pueda parecer que es. Todo en el campo es parte de la organización total y es potencialmente significativo (Parlett, 1991, en Aparicio, 2013, párr. 41).

Por tanto, los terapeutas gestálticos no deben considerar nada de lo que ocurra o no en terapia por fuera del campo ni ser considerado irrelevante (Maurí, 2013). Parlett (1991) lo explica usando la metáfora del hombre que contempla cuadros en una exposición, donde un terapeuta que usa la teoría de campo no se satisface sólo con mirar de forma superficial la fachada de las pinturas, sino que está siendo más abierto al pensar en la posibilidad de que el marco esté jugando un papel importante a la hora de valorar la importancia del cuadro o de que el contexto de la exposición también pueda estar influyendo en las pinturas (Aparicio, 2013).

Para darnos cuenta del acierto de este principio, basta con reflexionar acerca del pensamiento actual muy presente en muchas personas (y que Parlett también lo puso de ejemplo para reflexionar sobre el “campo unificado” en su artículo “The unified field in practice” en 1997) de que no hay conexión entre un árbol y su entorno. Así, si consideramos a los árboles como algo comercial cuya extracción no afectaría a su ecosistema (considerándolos con existencias independientes el uno del otro), como consecuencia, estaremos provocando una destrucción de la selva tropical. Y esto es debido a que no consideramos la selva tropical y sus árboles holísticamente “unificados” (Aparicio, 2016, pp. 4 y 5).

En la sesión de terapia este principio se sigue, por ejemplo, cuando los terapeutas convierten en figura cualquier aspecto del campo que esté o no presente para ir explorando distintas figuras del paciente. Según Mackewn (1997) los terapeutas:

(...) no se limitan a quedarse con la figura del paciente, sino que vuelven figura cualquier aspecto del campo. Cambian la atención de un elemento a otro para que surjan nuevas figuras mientras que otras regresan al fondo,

y así reconfiguran continuamente el campo (citado por Parlett, 2007, p. 49).

De esa manera, todas esas configuraciones forman parte del campo del aquí y el ahora de la sesión, y permiten explorar todas las situaciones relevantes del presente que estén influyendo y mostrando la organización del campo en ese momento (Parlett, 2007; Aparicio, 2013).

3. Concepciones del campo

Como he venido diciendo hasta ahora, la idea de campo ha estado presente, al menos, desde la publicación de “Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana” por Fritz Perls, Ralph Hefferline y Paul Goodman en 1951 cuando, cuatro años antes, Lewin fallecía dejando una huella tan valiosa como subestimada en el enfoque gestáltico con sus ideas sobre la teoría de campo (Aparicio, 2016). Así, a lo largo del tiempo, se han ido matizando los detalles hasta lo que hoy se entiende por teoría de campo.

A continuación, ilustro la concepción que tienen algunos autores gestálticos sobre este concepto tan importante en el enfoque.

3.1. Fritz Perls, Ralph Hefferline y Paul Goodman

Los tres son los representantes máximos de la Terapia Gestalt. Como acabo de decir, escribieron el libro más importante del enfoque que puso los cimientos fundamentales de la terapia (Vázquez, 2008): “Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana” y lo publicaron por primera vez en 1951.

Aunque desde el principio el concepto no fue considerado plenamente central para estos autores (Aparicio, 2016), con la idea de campo, Perls, Hefferline y Goodman (2002) querían sentar las bases de algo de lo que estaban realmente convencidos: que el organismo y el entorno no son dicotómicos ni están separados, sino que son extremos de una polaridad (Sacristán, 2005), ya que, como dejan claro, “la experiencia se da en la frontera entre el organismo y su entorno” (Perls et al. 2002, p. 5) y ambos son opuestos complementarios. Así, querían dejar claro que organismo-entorno son indivisibles e

interdependientes, reconociendo la cualidad unitaria e integradora del concepto de campo (Parlett, 2007) con el nombre “campo organismo/entorno”.

Asimismo, esta relación, contacto, entre el organismo y entorno en el campo, además de ser física, también la consideraban social:

(...) la relación entre el organismo humano y el ambiente no es solamente física, sino también social. De esta manera en todo estudio del hombre como en el caso de la fisiología, la psicología o la psicoterapia, debemos hablar de un campo en el cual interactúan al menos los factores socioculturales, animales y físicos (Perls et al. 2002, citado en Espejo, 2009, p. 51).

Es por eso que Perls et al. (2002) pensaban que entre organismo/entorno, el contacto es un ajuste para encontrar el equilibrio entre ambos, teniendo en cuenta el “carácter” del organismo, que puede afectar a esta interrelación restringiendo, por ejemplo, su flexibilidad (Aparicio, 2016). Se trataría, entonces, de una relación dinámica donde el organismo actúa sobre el entorno y viceversa. De esta manera, el organismo quiere conseguir un equilibrio con su entorno para, así, crear una nueva configuración de “campo organismo/entorno” (Espejo, 2009).

3.2. Malcolm Parlett

Malcolm Parlett es psicólogo académico y terapeuta Gestalt que cofundó el Instituto de Formación de Psicoterapia Gestalt en Reino Unido y es, además, editor del “British Gestalt Journal” y ha escrito numerosos capítulos de libros y artículos sobre Terapia Gestalt (Parlett, 2007; Aparicio, 2016).

Parlett (1997) reflexiona sobre todo lo que ha ido evolucionando (y sigue evolucionando con cada reformulación) la perspectiva de campo desde que Perls et al. (2002) la explicaron (Aparicio, 2016, p. 5). Considera la teoría de campo como una sección completa del atlas de mapas, donde todos esos mapas abstractos “se refieren a cómo el organismo se relaciona con el entorno, de manera que el ciclo de necesidades, la autorregulación orgánica y la frontera-contacto y sus perturbaciones podrían todas ser

representadas en términos de teoría de campo” (Aparicio, 2013, párr. 6). Parlett (1991) lo dice así:

Los mapas de la teoría de campo dibujan bien el territorio de los seres humanos en sus contextos, es decir, de gente en relación, en comunidad. La esencia de la teoría de campo es que una perspectiva holística hacia la persona se amplía para incluir el entorno, el mundo social, las organizaciones, la cultura. Cuanto más asiduamente podamos navegar con los diversos mapas de la teoría de campo, más probable será que podamos realmente percibir y reconocer la indivisibilidad de las personas con su entorno y situaciones de vida (Aparicio, 2013, párr. 7).

De esta forma, Parlett (1997) piensa que todas las descripciones, conceptos e ideas relacionadas con la teoría de campo fundamentan mejor la práctica gestáltica y “vincula el trabajo de la Gestalt a su epistemología, sus variedades de práctica y sus raíces políticas” (Aparicio, 2016, p. 1). Además, considera que la perspectiva de campo va en consonancia con los principios fundamentales del enfoque gestáltico de Perls et al. (2002): respeta la especificidad de las personas y situaciones, no separa al organismo y al entorno como individuales, da una visión holística de la experiencia humana, se inclina hacia el relativismo, establece que el campo está organizado y subraya la importancia del presente y la unicidad de los momentos (Aparicio, 2016).

3.3. Jean-Marie Robine

Jean-Marie Robine es autor de varios libros y artículos y terapeuta Gestalt que enseña Terapia Gestalt en Europa y otras partes del mundo. Ha fundado dos revistas francesas de enfoque gestáltico y “ha formado parte el Comité de redacción de Cahiers de Gestalt-thérapie, de Gestalt Review, y del nuevo International Gestalt Journal” (Sarrió, 2011 párr. 2).

Robine (2014), en el artículo “La psicoterapia como situación y el contacto su focalización interna” utiliza un término más actualizado de campo, “situación”:

Lo que yo llamo “situación” es un conjunto formado por circunstancias materiales, sociales y psicológicas en la que están implicados diversos protagonistas. Una percepción inmediata de estos elementos a partir de su campo estructura el contexto de su encuentro, les da sentido y define, implícitamente, las modalidades de sus interacciones. Es un espacio-tiempo específico que está construido y limitado por cada agente y cada uno de ellos es, simultáneamente, construido por él y por la definición que le dan (p. 16).

Considera que el campo no tiene entidad, no es ni entorno ni contexto, aunque toda experiencia sí es contextualizada. “Todo campo es campo de... (algo o alguien)”, siempre está organizado (Robine pone el ejemplo del campo visual del ojo o el del campo de la psicología, donde la psicología es organizadora de un sector) y lo considera holístico porque permite relacionar (Amutio, 2013, párr. 14 y 34). En consecuencia, considera que el campo organismo/entorno es “específico para cada organismo considerado” y no puede “haber un campo común” (Amutio, 2013, párr. 15). Además, Robine quiso cambiar el concepto de “campo” por el de “situación”, ya que en el libro primigenio del enfoque gestáltico se usó tres veces más que el concepto de campo, y le pareció más adecuado entender “situación” con la propuesta “soy creador de la situación en la cual estoy, al mismo tiempo que soy creado por esta situación” (Amutio, 2013, párr. 16).

En Maurí (2013), Robine también realiza otras especificaciones sobre la idea de campo. Una de ellas es la de que el campo se define por el “organismo” y no por el concepto de “persona” o “sujeto”, ya que el entorno cobra sentido a través del cuerpo físico del organismo mediante los contactos que realiza con el entorno. También especifica que, cuando se dice “campo organismo/entorno” no quiere decir “campo sí mismo/mundo”, sino que se evoca el campo de una persona y de su entorno y, además, el concepto subraya que se produce la experiencia de contacto entre los dos polos del campo (organismo y entorno), es decir, la barra inclinada, la “frontera-contacto”.

3.4. Carmen Vázquez Bandín

Carmen Vázquez Bandín es psicóloga clínica en Terapia Gestalt y dirige el Centro de Terapia y Psicología de Madrid. Es la más reconocida en editar y traducir en español

libros sobre Terapia Gestalt y temas afines procedentes de otros idiomas para la Colección Los de Libros del CTP (Centro de Terapia y Psicología, s. f.).

Muchas de las ideas de Vázquez (2008) sobre el campo ya se han ido exponiendo a lo largo de todo este texto. Así, Vázquez opina que se produce una “alquimia” como resultado del contacto entre el organismo humano con su entorno, utilizando, de esa forma, una metáfora para otra metáfora, como lo es la idea de campo. Con alquimia se refiere a la interacción que se produce entre el organismo y el entorno, a lo que Perls et al. (2002) llamaron “campo organismo/entorno”, es decir, “lo que el perímetro, no necesariamente físico, rodea cuando se da el proceso de influencia e interacción” (Vázquez, 2008, p. 339).

De acuerdo con todo esto, Vázquez (2008) sigue la misma línea que Parlett estableciendo que la Terapia Gestalt es una teoría de campo, ocupándose de los procesos de interacción que se producen entre el organismo y el entorno, influenciándose mutuamente y co-creándose ambos. De esta manera, está de acuerdo con los principios que Parlett (1991) estableció para la teoría de campo y que tienen implicaciones en la manera de ejercer el trabajo terapéutico (Vázquez, 2008).

Otro aspecto que Vázquez recalca es la importancia de las relaciones igualitarias en terapia teniendo en cuenta la fe como un sentimiento del campo. Con “fe”, Vázquez (2008) se remite a la definición que Perls et al. (2002) realizaron en el libro fundacional del enfoque gestáltico: “saber, más allá de la simple conciencia inmediata, que si se da un paso más seguirá habiendo un suelo bajo nuestros pies” (citado en Vázquez, 2008, p. 141). De esta manera, concluye que:

(...) la fe es una confianza tanto en el organismo como en el entorno, llena de entrega al campo de la relación, no a una sola de sus partes, en donde cada una de las partes da lo mejor de sí, en el aquí-y-ahora de la relación, sin distorsiones ni interrupciones. El resultado de esto son unas relaciones igualitarias (Vázquez, 2008, p. 142).

4. El campo en Terapia Gestalt y el contexto en Contextualismo Funcional

El Contextualismo Funcional es una filosofía pragmática en la que se basan las nuevas terapias incluidas en lo que se denomina “Terapias de Tercera Generación”. Además, en psicología se ha “desarrollado explícitamente como una filosofía de la ciencia” (Mañas, 2007, párr. 17). Se presenta como una filosofía más clarificada del Conductismo Radical de Skinner y del Interconductismo, pero con los mismos postulados (Luciano y Valdivia, 2012). De esa manera, el Contextualismo Funcional asume los siguientes postulados (Luciano y Valdivia, 2012; Mañas, 2007):

- Presenta una visión holística de la persona, definida por su constante y sucesiva interacción con el entorno físico y social.
- Es sensible al papel del contexto para la comprensión y análisis de la naturaleza y función de un evento o conducta, que hace referencia a los efectos que produce la conducta y las condiciones por las que los estímulos físicos y la propia conducta llegan a adquirir funciones discriminativas, reforzantes o aversivas.
- Enfatiza el criterio de verdad pragmático, basado en el carácter empirista de los efectos prácticos de una teoría.
- Se deben especificar las metas u objetivos científicos aplicados bajo el criterio de verdad pragmática del punto anterior.
- Su centro de análisis son las interacciones funcionales que, desde su infancia y adolescencia, influyen en que las personas desarrollen y mantengan estilos de funcionamiento que puedan limitar su vida.

Tanto el primero como el segundo punto son los que resultan de mayor interés para este apartado, ya que para el Contextualismo Funcional el énfasis está en “la actuación en su contexto” (Dougher y Hayes, 2000)¹, es decir, que todos los eventos son interdependientes con su contexto, entendido éste, no como sus características físicas en sí, sino como la función que tiene en diferentes contextos psicológicos “funcionales”, dependiendo de cada persona. Esto significa que los eventos cobran sentido con relación a la situación, y lo mismo ocurre con respecto a la conducta. De esta manera, el análisis

¹ He utilizado una traducción realizada por Francisco Javier Molina Cobos de este capítulo (utilizado originalmente para material académico), subida al Aula Virtual “Blackboard Learn” para el alumnado de la Universidad de Almería como lectura obligatoria de la asignatura Terapias Psicológicas II.

de conducta se fundamenta en los dos términos de la contingencia: conducta y consecuencias, ambos interdependientes. Así, “la conducta es definida en términos de las consecuencias que produce, y las consecuencias son definidas en términos de sus efectos sobre la conducta” (Dougher y Hayes, 2000). Dougher y Hayes (2000) lo reflejan más claramente en el siguiente ejemplo: la respuesta de conducir un coche puede ser definida de forma diferente dependiendo de las consecuencias que la controlan. De esa manera, ir hacia la ciudad para comprar, ir a un evento musical o conducir hacia una zona de emergencia son todas conductas distintas, a pesar de que implican la única acción de conducir un coche.

De esta manera, vemos que se entiende por contexto en el Contextualismo Funcional aquel que, con características físicas, puede “funcionar” como diferentes contextos psicológicos (funcionales), dependiendo de cada persona. Por su parte, el campo en Terapia Gestalt es tanto físico como no físico, incluyendo todo lo que hay presente y se hace presente en un momento dado, influyendo en las relaciones que se producen entre las personas, contribuyendo a co-crear esas relaciones.

En lo que se refiere al contexto terapéutico entre terapeuta y paciente, en las terapias basadas en el Contextualismo Funcional (como, por ejemplo, la Terapia de Aceptación y Compromiso) se requiere ser consciente de que los comportamientos del terapeuta tendrán un significado para el paciente y, a su vez, su conducta lo tendrá para el terapeuta, existiendo así un intercambio funcional, una interacción entre terapeuta y paciente donde se producirán los cambios en su conducta gracias a “la habilidad del terapeuta de contextualizar lo que hace de modo que paciente y terapeuta vayan en la misma línea” (Luciano, Ruiz, Luciano y Sánchez, 2016). Además, es necesario que el terapeuta sea capaz de discriminar su propio malestar en el contexto terapéutico:

(...) si el terapeuta tiene dificultades para discriminar su propia conducta (lo que siente y piensa, lo que hace y para qué lo hace, o qué persigue al hacerlo) y tiene dificultades para situarla en el contexto de la perspectiva de la conducta de otros, tendrá importantes limitaciones para estar pendiente de los efectos de su conducta en la de su paciente y reaccionar ante ellos (Luciano et al. 2016, p. 363).

En lo que se refiere al enfoque gestáltico, como ya se indicó en su apartado, en el campo de la relación entre terapeuta y paciente se caracteriza por la implicación de ambos en la terapia y es un requisito importante que el terapeuta se haya trabajado personalmente con anterioridad para poder ejercer ese papel. Además, el campo terapéutico es importante en el aquí-y-ahora, en lo fenomenológico de la relación, ya que, de esa manera, el terapeuta gestáltico es consciente de lo que le ocurre a él en el campo a través del proceso vivencial con el paciente, cómo reacciona ante lo que le cuenta el paciente y cómo poder distanciarse de él para poder ayudarlo, y es por eso que el terapeuta es su propia herramienta en la terapia (me remito a la cita de Huguet, 2005, p. 10 del presente trabajo). De esta forma, terapeuta y paciente co-crean juntos el campo terapéutico.

5. Conclusiones finales

Uno de los objetivos específicos que se pretendía llevar a cabo en este trabajo era el de realizar una revisión teórica del concepto de campo. Para ello, en primer lugar, se realizó una introducción en la que se incluye una pequeña parte de la historia de la Terapia Gestalt, donde se habla de algunas de las influencias que determinaron su formación. Se han incluido también algunas ideas sobre el concepto de campo para entender su significado y sus implicaciones fundamentales en Terapia Gestalt y en la relación entre terapeuta y paciente. Todo ello sirve para demostrar la importancia que tiene el campo en este enfoque, ya que consideran que su presencia es la que permite que el paciente tenga experiencias que contribuyan a los cambios en su rigidez (Vázquez, 2008), porque la situación total es la que afecta a las personas (Aparicio, 2013) y es en el campo de la interacción terapeuta-paciente donde esto tiene lugar. Asimismo, la trascendencia del campo es tal que, en la actualidad, es impensable realizar cualquier estudio sobre, por ejemplo, psicología del desarrollo separando a las madres de sus bebés, ya que se trata de “conexiones indivisibles e inseparables y se estudian de forma unitaria” (Parlett, 2007, p. 43) y, por ello, no deben ser considerados aisladamente. Siguiendo este patrón de focalización en una parte del campo, nos encontramos con que, por ejemplo, políticos, medios de comunicación y casi todo el mundo en general, centran su discurso en aquellos grupos minoritarios y radicales implicados en actos terroristas, culpándolos y buscando así los motivos individuales por los que actúan de esa forma tan atroz, en lugar de verlo desde una perspectiva más amplia como lo es la del campo, descubriendo que estas personas actúan de esa manera por muchos más motivos que por su radicalización,

considerándolos aisladamente. De esa manera, nos encontraríamos con que, probablemente, todo ello se deba por la participación en una guerra que incluye a muchos países responsables de todo lo que ocurre, tanto del terrorismo como de las muertes causadas, influyéndose unos a otros y siendo responsables de lo que co-crean en el mundo. Viéndolo desde esta perspectiva, parece todo mucho más claro y se podría actuar en otros puntos más relevantes que en los que se pueden resaltar cuando se considera una sola parte aislada del campo.

En segundo lugar, se ha explicado la teoría de campo desde su formulación por parte de Lewin en 1922 hasta los principios esenciales que Parlett enfatiza en Terapia Gestalt. Así, lo que ocurre entre las personas, según esta teoría, es una interacción con la que se co-influyen para co-crear, entendiendo el trabajo terapéutico desde una óptica nueva (Aparicio, 2013). De esta manera, se trata de una idea revolucionaria dentro del enfoque gestáltico que ha ido evolucionando desde que Perls et al. (2002) hablaron del campo y de la situación en el libro fundamental de la Terapia Gestalt. Con ello, en el transcurso de la existencia de la Terapia Gestalt ha habido otras direcciones del enfoque (Amutio, 2013) como, por ejemplo, aquella que considera al terapeuta el que guía al paciente en su experiencia, no trabajando bajo el punto de vista de esta teoría, mientras que otras corrientes sí tienen en cuenta la perspectiva de campo. De esta manera, la teoría del enfoque gestáltico, como toda teoría, presenta “complejas subdivisiones, discrepancias y fisuras ideológicas que encienden el debate teórico (Parlett, 2007, p. 57). Personalmente, considero que los principios de la teoría de campo son bastante esclarecedores de la importancia de tener en cuenta el campo en la Terapia Gestalt, ya que valoran muchos aspectos que ayudan al paciente en su darse cuenta, contribuyendo así al cambio en su rigidez.

En tercer lugar, y atendiendo al segundo objetivo específico tratado, se ha referido a las concepciones de campo que tienen sus fundadores Perls, Hefferline y Goodman, también la de Malcolm Parlett, la de Jean-Marie Robine y la de Carmen Vázquez Bandín. En todas ellas se percibe la influencia de la teoría de campo desde el trasfondo: desde sus inicios en los postulados de Perls et al. (2002), hasta en cada uno de los otros autores mencionados. Además, se percibe que Parlett, Robine y Vázquez, para hablar sobre el campo, atienden a las formulaciones iniciales de los fundadores, reformulando bajo su concepción las ideas del concepto.

Con respecto al tercer objetivo, no he encontrado otros trabajos que hayan tratado a la par el concepto de contexto del Contextualismo Funcional y el de campo de la Terapia Gestalt, por ello me ha interesado ver algunos puntos de confluencia entre ambos, al igual que a otros autores también les ha interesado (por ejemplo, Pérez, 2013). Permitiéndome compararlos, creo que coinciden en algunos aspectos. Así, se ha expuesto que el contexto, entendido como una situación funcional, es importante para tener en cuenta los eventos personales. Por su parte, la Terapia Gestalt también le concede una importancia fundamental al campo. Así, tanto para el Contextualismo Funcional como para la Terapia Gestalt, el contexto y el campo, respectivamente, son imprescindibles para comprender los eventos y problemas de los pacientes que acuden a terapia. De esa manera, en el enfoque contextual-funcional, se debe dirigir el foco de atención hacia todo el evento en conjunto, a todas las claves contextuales presentes (Mairal, 2007), de la misma manera que el campo gestáltico en la relación terapéutica es una parte importante a tener en cuenta para conseguir una buena intervención. Además, en ambos conceptos se valora la implicación de terapeuta y paciente y, también, es un requisito importante que el terapeuta se haya trabajado personalmente con anterioridad para poder ser efectivo en la intervención. De manera semejante, tanto la teoría de campo de la Terapia Gestalt como el Contextualismo Funcional resaltan la visión holística de la persona, siendo, para la primera, el organismo considerado como un todo, encontrándose lo interno con lo externo, y, para el segundo, como una constante interacción entre el entorno físico y social.

Por otro lado, una de las diferencias entre ambos conceptos radica en que el campo terapéutico en la Terapia Gestalt es importante en el momento único y presente, en el aquí-y-ahora, en lo fenomenológico de la relación. De esa manera, los terapeutas gestálticos son conscientes de lo que ocurre en el campo a través del proceso vivencial con el paciente (me remito a la cita de Huguet, 2005, p. 10 del presente trabajo).

En lo que se refiere al último objetivo, ya se han ido dando algunas pinceladas sobre el concepto campo en la actualidad. De esa manera, se ha hablado sobre la concepción del campo de algunos autores gestálticos como Parlett, Robine y Vázquez que, actualmente, siguen trabajando de manera independiente en ámbitos distintos en el mundo de la Terapia Gestalt. De ese modo, son sus pensamientos acerca de la idea de campo lo que permea en la Terapia Gestalt actual. Además, tal y como opinó Robine en una entrevista de la página

Gestalt (Varela, 2016), en la actualidad la psicología predominante piensa en un organismo individual separado de todo lo demás, en lugar de considerarlo en una perspectiva de campo, interaccionando e influenciando recíprocamente con su entorno. Asimismo, parece que la teoría de campo va siendo utilizada cada vez más en la Terapia Gestalt de alrededor del mundo.

Habría que mencionar también que, del mismo modo en que el campo es algo indivisible en partes aisladas, que no se puede separar del organismo ni el organismo de él (porque forma parte de él), que se afectan e influyen recíprocamente, construyéndose el organismo a partir del campo y el campo a partir del organismo, algo parecido experimentaron las ciencias sociales (entre ellas, la Psicología social y la Sociología) en su relación con el campo, entendido aquí, más bien, como entorno (Hammersley y Atkinson, 1994). Desde un primer momento, intentaron parecerse lo más posible a las ciencias naturales y, por ello, intentaron minimizar la importancia del campo, porque se basaban en métodos cuantitativos, pretendiendo tener el máximo rigor posible buscando leyes universales para predecir casos concretos. En consecuencia, pensaban que se minimizaba el efecto del investigador y del campo (entendido como objetivo e inmutable, del que se podía obtener toda la información posible). Sin embargo, no tardaron en darse cuenta de que esto no ocurría de esa manera. Así, durante la época de los años 70-80, la disciplina dio un giro en el que las ciencias sociales asumieron que había que entender el campo y el efecto del propio campo que ejercía sobre el investigador. De esa manera, llegaron a la conclusión de que no se podía entender al investigador, como ser humano, como alguien que llega al campo para obtener lo que busca sin generar ningún tipo de impacto, sino que el campo influye en el sujeto y el sujeto influye en el campo, y esto es algo que se debía tener totalmente en cuenta. Todo esto es lo que Hammersley (1994) recogió en el capítulo “¿Qué es la etnografía?” en el libro “Etnografía. Métodos de investigación”, es decir, el giro que dio la etnografía como trabajo o estudio de campo, entendiendo que era absurdo intentar minimizar o eliminar el efecto del ser humano en el campo, porque en el momento en que entra en él, ya está influyendo sobre el campo y este influye sobre él, y ni ese campo ya es el mismo de antes ni el ser humano es el mismo de antes.

Considero que todas estas observaciones están muy relacionadas con las ideas de campo en la Terapia Gestalt, ya que se producen paralelismos con respecto a las influencias

recíprocas que se producen entre el organismo y el entorno cuando entran en contacto, co-creando juntos la experiencia que está teniendo lugar en el aquí-y-ahora.

Bajo mi punto de vista, utilizar la teoría de campo en terapia sería muy práctico y enriquecedor tanto para el paciente, que se nutre y beneficia de ella, como para el terapeuta, que se nutre también de la experiencia que está teniendo lugar entre ambos teniendo la perspectiva de campo de fondo. Creo que sería más eficaz si en todos los centros que utilizan el enfoque gestáltico trabajaran teniendo en cuenta esta teoría, obteniendo así mejores resultados de terapia.

6. Referencias

- Amutio, R. (2013). *Una terapia de las formas de la experiencia*. Valencia, España: Gestaltnet. Recuperado de: <http://gestaltnet.net/documentos/una-terapia-de-las-formas-de-la-experiencia#>
- Aparicio, P. (2013). *Reflexiones sobre la teoría de campo*. Valencia, España: Gestaltnet. Recuperado de: <http://gestaltnet.net/documentos/reflexiones-sobre-la-teoría-de-campo#>
- Aparicio, P. (2016). *El campo unificado en la práctica*. Valencia, España: Gestaltnet. Recuperado de: <http://gestaltnet.net/sites/default/files/EI%20campo%20unificado%20en%20la%20practica%20M%20Parlett.pdf>
- Burga, R. (1981). Terapia Gestáltica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 13(1), 85-96.
- Centro de Terapia y Psicología (s. f.). *Quiénes somos*. Madrid, España: Centro de Terapia y Psicología. Recuperado de: <http://www.centrodeterapiaypsicologia.es/ctp/ctp.html>
- Dougher, M. J., y Hayes, S. C. (2000). Clinical behavior analysis. En M. J. Dougher (Ed.), *Clinical Behavior Analysis*. pp. 11- 25. Reno: Context Press.
- Espejo, R. (2009). Desarrollo humano y participación comunitaria: algunas reflexiones desde el enfoque gestáltico de Paul Goodman. *Polis (Santiago)*, 8(23), 43-62. Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/polis/v8n23/art03.pdf>

- Gentile S., M. (2011). *La supervisión clínica en el enfoque gestáltico*. Recuperado de: <http://doczz.net/doc/6738103/gentile-sarna--macarena>
- Hammersley, M. y Atkinson, P. (1994). ¿Qué es la etnografía? En *Etnografía. Métodos de investigación* (pp. 15-40). Barcelona, España: Paidós.
- Huguet G., S. (2005). Apuntes de Terapia Gestalt. *Hojas Informativas de l@s Psicólog@s de Las Palmas*, 76, 26-31.
- Luciano, C., Valdivia, S. (2012). Trastornos de la personalidad. En M. A. Vallejo (Dir.), *Manual de Terapia de Conducta*. Tomo II. Madrid: Dykinson
- Luciano, C., Ruiz, F. J., Luciano, B., y Sánchez R., L. J. (2016). Dificultades y barreras del terapeuta en el aprendizaje de la terapia de aceptación y compromiso (ACT). *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16(3), 357-373. Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/1840886658?accountid=14477>
- Mairal, J. B. (2007). La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, aplicación en el contexto clínico y áreas de desarrollo. *Miscelánea Comillas. Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, 65(127), 761-781. Recuperado de: <http://revistas.upcomillas.es/index.php/miscelaneacomillas/article/view/7351/7197>
- Mañas, I. (2007). Nuevas terapias psicológicas: La tercera ola de terapias de conducta o terapias de tercera generación. *Gaceta de psicología*, 40, 26-34. Recuperado de: <http://enelahora.com/wp-content/uploads/2011/09/Nuevas-Terapias-Psicologica-Mindfulness.pdf>
- Maurí C., E. (2013). *El fondo del campo*. Valencia, España: Gestaltnet. Recuperado de: <http://gestaltnet.net/sites/default/files/EI%20Fondo%20del%20Campo.pdf>
- Parlett, M. (2007). Terapia Gestalt contemporánea: Teoría de campo. En Woldt, A. L., & Toman, S. M. (Eds.), *Terapia gestalt: historia, teoría y práctica* (pp. 39-60), Manual Moderno.
- Peñarrubia, F. (2014). *Terapia Gestalt: La vía del vacío fértil*. Madrid: Alianza Editorial.
- Perls, F., Hefferline, R., y Goodman, P. (2002). *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Madrid-Ferrol: Sociedad de Cultura Valle-Inclán.

- Pérez Á., M. (2013). Anatomía de la psicoterapia: el diablo no está en los detalles. *Clínica contemporánea*, 4(1), 5-28.
- Picó V., D. (2014). *Una introducción a la terapia Gestalt*. Valencia, España: Gestaltnet. Recuperado de http://gestaltnet.net/sites/default/files/apuntes_gestalt_terapiados-2_0.pdf
- Robine, J. M. (1999). *Contacto & Relación en Psicoterapia: Reflexiones sobre terapia Gestalt*. Cuatro Vientos.
- Robine, J. M (2014). La psicoterapia como situación y el contacto su focalización interna. *Cuadernos Gestalt*, 6, 14-21.
- Sacristán R., F. (2005). *Reflexiones sobre terapia Gestalt*. Madrid, ES: El Cid Editor. Recuperado de: <http://0-site.ebrary.com.almirez.ual.es/lib/bual/reader.action?docID=10088640#>
- Sarrió, C. (2011). *Jean-Marie Robine: La Terapia Gestalt como estética y la creación como ética*. Valencia, España: Terapia Gestalt Valencia. Recuperado de: <http://www.gestalt-terapia.es/la-terapia-gestalt-como-estetica-y-la-creacion-como-etica-jean-marie-robine/>
- Sellés, A. y Estevan, A. (2014). El Campo. *Cuadernos Gestalt*, 6, 82-83.
- Spagnuolo L., M. (2011). *El ahora-para-lo-siguiente en psicoterapia. La psicoterapia de la Gestalt contada en la sociedad post-moderna*. Madrid: Asociación Cultural Los Libros del CTP.
- Varela M., J. [Gestaltnet]. (13 de octubre de 2016). Gestalt y la perspectiva de campo en la actualidad, con Jean-Marie Robine [Archivo de vídeo]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=LJjrFgGTgFw&t=105s>
- Vázquez B., C. (2008). *Buscando las palabras para decir: reflexiones sobre la teoría y la práctica de la terapia Gestalt*. Madrid: Sociedad de Cultura Valle-Inclán.
- Yontef, G. (2009). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos, 11.