

8ª Conferencia Europea de Terapia Gestalt

Praga, 9-12 de septiembre de 2004

Panel

Título: Un caso visto por diferentes "gestalts"

Moderadores: Margherita Spagnuolo Lobb y Daan van Baalen

Resumen: Este panel tiene como objetivo poner al día un tema a menudo no atendido: cómo los terapeutas gestálticos difieren en sus intervenciones clínicas según el modelo teórico que tienen en mente. La hipótesis es que las diferencias en los aspectos epistemológicos de nuestro enfoque ofrecen intervenciones clínicas sustancialmente diferentes y que al estudiar nuestras diferencias los terapeutas gestálticos podamos tener mayor cohesión. Este panel quiere empezar este viaje de investigación.

Se va a presentar un caso clínico en su primera fase ya hasta el momento de un impasse.

Cuatro terapeutas gestálticos, expertos en diferentes corrientes de nuestro enfoque, van a compartir las claves básicas que van a utilizar para enfocar sus intervenciones. **Dan Bloom** presentará el modelo del Instituto de Nueva York (P-H-G), **Jean Marie Robine** presentará el modelo "Campo-fenomenológico" europeo, **Pedro de Casso** el modelo latino y **Malcolm Parlett** el modelo "multi-perspectiva". A lo que seguirá un diálogo entre los participantes y asistentes.

Historia clínica

Amablemente ofrecida por Carmen Vázquez Bandín

Información General

Carolina es una mujer de 25 años.

Motivo de la consulta

Le tiemblan las manos cuando tiene que firmar frente alguien desconocido (en su trabajo, en el banco, etc.).

Otros problemas comentados

Timidez, vergüenza, sensación de ser inadecuada cuando se siente "expuesta" a los otros (siempre que es figura por alguna razón, aunque sea mínima; por ejemplo, cuando piensa en alguna reunión diaria en su trabajo). Dificultades para ser amigos. Introversa.

Qué ha hecho hasta ahora para resolver su problema

Ha hecho muchos esfuerzos con su fuerza de voluntad para calmarse.

Qué han hecho los otros por su problema

Sus padres le han sugerido que no le dé importancia, y le han dicho que no es importante.

Cambio mínimo como señal de que ha mejorado

No preocuparse mucho por lo que le pasa.

Antecedentes personales y sociales

Carolina es hija única. Su padre era militar, en la actualidad retirado. Su madre nunca ha trabajado

fuera de casa. Nació cuando sus padres eran mayores (la madre 36 y el padre 38). Embarazo a término y parto normal. Escolarización y relaciones con sus profesores y sus pares: buenas. Se define a sí misma como tímida, callada y obediente. Sacaba buenas notas. No tenía ni primos ni muchos amigos, ni ningún vecino de su edad para jugar con ellos. Enfermedades, las típicas de la infancia: gripe, sarampión, rubeola, anginas, catarro...

Actualmente vive con sus padres. Nunca ha dejado de vivir en casa de sus padres. Tiene una amiga con la que sale los fines de semana y las vacaciones de verano. Ha sido esta amiga la que (después de participar en un seminario conmigo) la ha animado a hacer terapia y le ha recomendado que me llame. Carolina se define como heterosexual. Nunca ha tenido pareja. Le gustaría casarse y tener hijos.

Qué ha dicho acerca de hacer terapia

Nunca ha creído en la psicoterapia, y no sabe mucho sobre ella. Está esperanzada y tiene expectativas de que conmigo pueda resolver su problema. Siente más confianza en las personas que en los "enfoces".

Impresión general del terapeuta sobre la entrevista

Colaboradora, complaciente, tímida, un poco evasiva, pasiva, obediente, educada. Parece mayor de lo que es. Se autocontrola y es rígida, pero al mismo tiempo "indefinida".

* * * *

Descripción de la primera sesión

Carolina es una mujer rubia. No es muy alta pero su aspecto redondeado incrementa la impresión de que es bajita. Su forma de vestir es muy formal y tradicional, su pelo, como si acabara de salir de la peluquería (aspecto mantenido durante todas nuestras entrevistas), le da una apariencia de que es una mujer mayor. Por otro lado me da una sensación contraria, la de "una mujer en un cuerpo de bebé". Sus mejillas sonrosadas y su piel pálida enmarcan unos grandes ojos que parecen, al mismo tiempo, vívidos, brillantes y juguetones y fuera de contacto, mostrando confusión y desorientación en otros momentos.

Sus movimientos están controlados y son un poco dubitativos, sus hombros echados hacia delante empujan su cuello hacia fuera haciendo que la cabeza se adelante ligeramente de su cuerpo como si sus hombros la protegieran. Además su espalda está curvada. Cuando anda, adelanta una pierna apoyando el pie antes de lo esperado como si súbitamente acertara el paso; al mismo tiempo con la otra pierna empieza a dar el siguiente paso. La imagen que crea en mí es como si quisiera avanzar a grandes pasos pero algo la frena y la hace retroceder. Sus pasos parecen rígidos y bruscos.

Su cadera y sus extremidades inferiores parecen formar un único bloque, solo articulado en la cadera lo que le hace andar como si fuera un robot.

Con una eterna sonrisa en sus labios, las palabras le salen a ráfagas. Una voz temblorosa y a saltos que empieza con claridad para ir poco a poco volviéndose un murmullo y que finalmente acaba siendo un susurro incomprensible a pesar de sus frases cortas. Sorprendentemente el tono de su voz es grave.

Me sorprende la sensación que me produce la mezcla de los diferentes aspectos y gestos de su cuerpo.

Carolina en nuestra primera cita me dice que su problema principal es que le tiemblan las manos (las dos, pero especialmente la mano derecha) y que también su cuerpo tiembla. Dice *"me pongo nerviosa siempre que tengo que firmar o escribir algo delante de los demás. Me tiembla la mano y me siento fatal. Siento vergüenza y me gustaría desaparecer."* *"No sé si mi problema tiene solución", dice en otro momento de la entrevista, "Pero he venido a ver si puedes hacer algo".*

Durante nuestra conversación dice muchas veces que su problema es "*ridículo y posiblemente sin sentido*", pero considera que es un problema para vivir "*una vida normal*".

Me cuenta que su infancia ha sido "*normal, tranquila y sin problemas*". Ha estudiado Filosofía y Letras pero ha preparado y aprobado una oposición para trabajar en el Ministerio de Hacienda. Un trabajo que define como rutinario pero que le hace sentirse segura. Actualmente vive con sus padres, no tiene novio. Confiesa que no tiene ningún amigo, y solo unas pocas amigas. "*Como mucho, dos o tres*", dice.

* * * *

Notas sobre nuestra terapia. Me doy cuenta de su falta de apoyo, esto es en términos fenomenológicos: su cuerpo, sus sentimientos y su respiración. Poco a poco, surge su falta de confianza en los otros. Se da cuenta de que a lo largo de su infancia, incluso ahora en su vida adulta ha tratado siempre de complacer a sus padres. Siendo una niña buena. Ha tenido que ocuparse de ellos siempre, desde que era muy joven. Se siente responsable de sí misma y de ellos. Durante muchas sesiones veo la tristeza en sus ojos, pero ella no la reconoce ni me lo dice. Durante estos meses, los síntomas no cambian. Trabajamos principalmente con nuestra relación, su autoapoyo y su awareness general.

* * * *

Detalles de la sesión 12^a (Después de tres meses de terapia)

Un día, después de tres meses de terapia, llega a nuestra sesión visiblemente alterada. Sus gestos y su postura hundidos. Veo la tristeza de nuevo en sus ojos. Me dice: "*Hoy no tengo un día bueno. He tenido una reunión en el trabajo y me he puesto de nuevo nerviosa.*". Le digo: "*Cuando oigo tus palabras y te miro me pregunto si te sientes triste.*" "*No debe uno sentirse triste*", me contesta, y "*me doy cuenta de que la terapia me ayuda*". Ahora me pregunto si está tratando de complacerme y le pregunto si es así. Sonríe y con lágrimas en los ojos me contesta con un dubitativo "*Puede...*".

T: *¿Puede?*, le pregunto.

C: *Me acuerdo de una fiesta de cumpleaños, de cuando era pequeña. Creo que tenía seis o siete años. Mis padres me dejaron en casa de una amiga del colegio. Me sentía sola con los otros niños. Me hubiera gustado que mis padres se quedaran conmigo pero se fueron a casa de mis tíos.*

T: *Te dejaron y tu querías que se quedaran contigo en la fiesta. ¿Qué hubieras necesitado que hicieran?*

C: *Un poco de apoyo. Hubiera sido suficiente con que pensarán un poquito en mí* (sus ojos brillan como si estuvieran a punto de llorar).

T: *Me siento triste mientras te oigo contarme esto.*

C: *Yo también* (Sus lágrimas corren por sus mejillas). *Es como si no hubiesen sido capaces de ver mi necesidad o no hubieran querido verla, o no hubieran tenido sensibilidad para verla. Parece como si no hubieran tenido mucho interés en mí* (Sigue llorando).

T: *Crees que no has sido importante para ellos... ¿Qué te hubieran gustado que hicieran?*

C: *No sé lo que echo de menos. Algo que me hubiera servido.* (Llora). *En realidad hubiera servido cualquier cosa. Porque no esperaba nada especial de ellos, porque me lo daban todo. ¡Aunque no se lo pidiera!* (Deja de llorar, sus gestos se endurecen y la expresión de sus ojos cambia). *Nunca me preguntaban, nunca me escuchaban, ...Y como un torrente continúa diciendo: las horas de la comida eran un infierno para mí. Intentaba contarles cosas del colegio pero al final siempre dejaba de hablar porque ni me oían ni me contestaban. ¡Lo único que importaba era mi forma de comer!*

Durante un segundo me pregunto si apoyo la tristeza o la rabia. Y me decido por la primera porque este era su sentimiento genuino. Ya tendríamos tiempo para la rabia.

T.: *Tu infancia no fue fácil...Se me encoge el corazón cuando te oigo y dejo de respirar, le digo.*

Sus ojos brillan de nuevo y llora. Esta vez sin frenarse, de una forma tranquila y continua.

C.: *Me siento triste. Nunca me ha gustado sentirme triste, pero es así. Creo que he nacido sintiéndome triste. Creo que no ha sido fácil ser hija única. Me he sentido y me siento sola...*

A partir de esta sesión, Carolina muestra sus sentimientos en nuestras sesiones con menos control. Pero todavía no espontáneamente. Su autoapoyo ahora es mejor, pero muchas veces espera mi permiso, mi opinión, mis sugerencias, ... Cuando le devuelvo las preguntas empieza a sentir rabia contra mí, solamente un tímido intento. Pero su principal problema, que sus manos tiemblen en público continúa.

* * * *

Fragmento de la sesión 16ª

Un mes después Carolina llega visiblemente alterada a nuestra sesión. Prácticamente me arrolla, se siente y casi sin mirarme, dice mirando hacia a delante "*¡Me siento mal! ¿Muy nerviosa! ¡Estoy peor! ¡Toda yo tiemblo! Un compañero de trabajo me ha pedido que salga con él y le he dicho que sí*" Mientras dice esto mira hacia el suelo. Se agarra las manos como para apoyarse así misma mientras se oye decir esto. Su respiración es agitada, ladea la cabeza ligeramente y la baja y me mira haciendo un esfuerzo con sus ojos pero debido a la postura de su cabeza, sus ojos giran hacia arriba como si yo estuviera dos metros por encima de ella.

Está echada hacia adelante en el asiento, sus hombros casi tocan las orejas y su pie derecho apenas toca el suelo.

"¡No sé qué puedo hacer! ¡Estoy bloqueada! ¿Qué puedo hacer?"