

Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 17 No. 1

Enero de 2014

SUEÑOS Y FANTASÍA: PROPUESTA DE CATEGORÍAS DE ANÁLISIS EN TERAPIA GESTALT PARA GRUPOS DE ADULTOS MAYORES

José Fernando Álvarez Zamudio¹

RESUMEN

Por muchos años en la psicoterapia, en especial en la psicoterapia Gestalt, se ha trabajado con los sueños y la fantasía como una herramienta terapéutica mediante el uso de las técnicas psicodinámicas como son la dramatización, algunas de las técnicas proyectivas, las fantasías guiadas, la elaboración terapéutica de pinturas, las artes plásticas, el juego, etc. Este artículo muestra la efectividad de la perspectiva gestáltica, con la población vulnerable del adulto mayor, mediante el trabajo de carácter grupal con los sueños y la fantasía en la comparación de dos grupos (el GRUPO VIDA y un grupo de sueños en el CASSAM) con una propuesta nueva de categorías de análisis, apreciable para otras corrientes psicológicas, por su carácter fenomenológico de acuerdo al enfoque de la psicología basada en la evidencia, la extensión propuesta por Quintanar del trabajo realizado por Levy y la estética de Robine como una herramienta heurística en la investigación acción.

Palabras clave: Fenomenología, heurística, estética, Gestalt, psicología basada en la evidencia.

¹ Este Artículo es producto del trabajo empírico en el Programa Estrategias de Atención al Adulto Mayor, con registro PE304410 en el programa PAPIME desarrollado en la Clínica Universitaria de la Salud Integral (CUSI) de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México. Contacto: gkez@hotmail.com

DREAMS AND FANTASY: PROPOSED ANALYTICAL CATEGORIES IN THERAPY GESTALT FOR GROUPS OF OLDNESS

ABSTRACT

For many years in psychotherapy especially in gestalt psychotherapy, has worked with dreams and fantasy as a therapeutic technique through the use of dramatization, the projection, the guided fantasies, the therapeutic paintings, the plastic arts, the fine arts and games. This article demonstrates the effectiveness of gestalt psychotherapy with vulnerable population's, comparing two oldness groups (Group Vida and one group of dreams of CASSAM) that in the work with dreams and fantasy and introduces new analytical categories, valuable for other psychological perspectives for his phenomenologic character, in agreement to the approach based on evidence, Quintanar's proposed extension of the work realized for Levy's in addition to Robine's aesthetic as a heuristic tool in the investigation action.

Key words: Phenomenologic, heuristic, aesthetic, gestalt therapy, and approach based on evidence.

Actualmente la cantidad de adultos mayores se está incrementando considerablemente, el número de ancianos aumentará más de dos veces entre 1990 y 2025, elevándose de 500 millones a más de 1.000 millones y este crecimiento va a ocurrir en África, Asia y América Latina. Las personas mayores de sesenta años en esas regiones alcanzaba los 250 millones en 1900, cifra que crecerá a más de 8000 millones para el año 2025. Los sistemas de atención de salud y las instituciones gubernamentales se verán en aprietos para satisfacer sus necesidades, como ya lo indica la situación de los sistemas sociales que tradicionalmente han asistido a los ancianos. En México comienza a hacerse notorio esta situación, en el 2015 la población será en su mayoría de adulto mayor, a medida que aumenta el número de personas necesitadas de edad avanzada nuestra sociedad necesitará de personas altamente capacitadas para atender estas necesidades.

En este momento las instituciones encargadas de brindar la atención para el longevo se ven limitadas en la atención psicológica, pues se encargan de atender

principalmente el aspecto médico, odontológico, de tipo legal, etc. Por lo anterior es necesario crear alternativas de atención psicológica para el adulto mayor con suficiente efectividad e impacto, un modelo de salud psicogerontológico en beneficio de la salud emocional, y mejorar la calidad de vida así como la calidad de muerte.

La psicoterapia Gestalt es un enfoque existencial, que no se ocupa únicamente de tratar síntomas o estructuras de carácter, sino más bien de la existencia total de las personas, del potencial, de la vida plena de sentido (Ginger y Ginger, 1993). Por eso en la psicoterapia Gestalt se ocupa la proyección por medio de las fantasías guiadas o el trabajo con sueños, ya que en pocas palabras las fantasías y los sueños son proyecciones (Castanedo, 2001). Es una herramienta terapéutica que suele ocuparse mediante el juego, las metáforas, los dibujos, las narraciones, etc. El uso de estas técnicas proyectivas frecuentemente se realiza en terapia individual con niños o en situaciones donde el lenguaje no alcanza para trabajar, la intención de esta herramienta es que las proyecciones puedan ser adjudicadas a uno mismo para permitir la formación de las necesidades de manera natural, responsable y con la plena vivificación del sentimiento.

A pesar de su uso tan generalizado, en la terapia Gestalt faltan elementos metodológicos que permitan valorar el proceso e impacto de la intervención que se realiza de ahí el interés por proponer algunas categorías de análisis para el trabajo con sueños en terapia Gestalt. La finalidad de esta investigación es proponer categorías de análisis para mostrar eficacia en el trabajo con sueños desde la perspectiva gestáltica con grupos de adultos mayores. Los indicadores propuestos en la presente investigación gozan del carácter de ser fenomenológicamente observables, lo que significa que pueden ser apreciables desde otros enfoques psicológicos con el fin de mostrar su efectividad y no de explicar el suceso en sí ya que es en la explicación donde algunas corrientes de psicología se confrontan directamente. La función de las categorías es ayudar o facilitar la construcción y definición de indicadores, actores o componentes de referencia de los procesos de cambio y de intervención.

DESARROLLO

Respecto a la proyección como una herramienta, Enright (1972) advierte que no existe una teoría elaborada sobre lo que sucede desde la psicoterapia Gestalt, sin embargo propone un método con grupos de encuentro que consiste en que cada integrante del grupo seleccione un objeto dentro de una canasta (por ejemplo juguetes con forma de animales) y se describen como el objeto (por ejemplo tengo la fuerza de un orangután) para poder trabajar con las partes alienadas o rechazada “mientras más totalmente me pierdo a mí mismo en el objeto (persona, animal o cosa), más profundo es mi encuentro conmigo mismo al final” (p. 156).

La formación de las necesidades es un proceso en el cual la psicoterapia Gestalt se apoya para que el organismo se haga cargo de manera natural sin que sea meramente la necesidad del terapeuta la que se busca satisfacer durante la terapia y así fiarse de la sabiduría orgánica del cliente, puesto que nadie es el mejor intérprete de lo que nos sucede más que nosotros mismos (Perls, 1987). Este trabajo puede hacerse de forma grupal mediante la proyección, como menciona Delacroix (2008), “en ese momento del proceso cada uno está frente a su verdad y la verdad del otro” (p. 316) se trata de una especie de emocionalidad grupal, que culmina en el reconocimiento de una emoción personal y dejarse sorprender por una clara identificación. Desde esta perspectiva al trabajar la fantasía de uno, trabaja todo el grupo; ya que según Serés (1994), las fantasías absorben y tratan los elementos percibidos por los sentidos, son la parte hacedora de las imágenes que constituyen los procesos superiores del pensamiento (de allí que se piense mediante imágenes). De esta forma los miembros del grupo se proyectan, visualizan lo que el otro sueña a su manera con sus recursos, y es posible encontrar su forma particular para reconocer y satisfacer las necesidades propias que finaliza con un proceso de crecimiento. Según Polster (1974), las necesidades cumplen una función orientadora que dirigen, movilizan y focalizan hacia la mejor respuesta del organismo en un ambiente complicado.

Muñoz (1995), señala que las necesidades que emergen de manera natural; son jerarquizadas con los mismos recursos que promueve el organismo en contacto con el medio ambiente. Los sueños son la herramienta para que surja un mensaje existencial donde las necesidades emergen de manera natural, sin embargo para los que no están acostumbrados a trabajar los sueños en terapia o tratar de encontrarles un significado, parece haber una dificultad para recordar sus sueños, a esto se suma el hecho neurológico de que conforme envejecemos, los periodos del ciclo del sueño se ven disminuidos. Faraday (1975), considera que trabajar con fantasías es adecuado para aquellas personas que dicen no recordar sus sueños, aunque las fantasías tienden a ser más estructuradas que los sueños “transmiten sentimientos ocultos” (p. 262). Por su parte Castanedo (2008), cuando habla de la Proyección cita de los autores Merry y Brown “negar es crear una fantasía de que algo que existe, no existe” (p. 15).

Martín (2009), señala que los sueños hacen consciente la inconsciente negación y represión alienada. Con la evidencia presentada hasta aquí se parte del hecho de que los sueños y la fantasía desde diferentes perspectivas, pertenecen a la misma empresa porque trabajan con la integración de la vivencia aquí y ahora qué contiene mensajes existenciales, potenciales, plenos de sentido o se tratan de proyecciones alienadas.

En el trabajo con los sueños en Psicoterapia Gestalt, Etienne (2010) describe seis modelos de trabajo con ellos:

A. *Proyectivo*. Cada elemento del sueño son partes rechazadas de uno mismo y basta con aceptarlas e integrarlas.

B. *Relacional*. Las relaciones del sueño están ligadas a las relaciones reales de terapia, por ejemplo; si un día sueñas con tu terapeuta, la forma en que se relacionan en el sueño es un reflejo de la realidad.

C. *Estructural/simbólico*. Se trabaja tratando de acomodar el espacio lo más posible parecido al espacio o escenario del sueño con ayuda de cojines sillas etc.

D. *Psicodramático*. El soñante actúa su sueño como una obra de teatro para que revele el sistema de relaciones que tiene con su ambiente.

E. *Deconstructivo*. Parte del supuesto de que el sueño es una metáfora de la vida real y se tratan de encontrar diferentes interpretaciones hasta que aparezca una respuesta emocional (una sonrisa, suspiros, llanto, etc.).

F. *El modelo Tai-Chi*. En resumen se pide una postura corporal que simbolice el sueño y se trabaja sobre las sensaciones y sentimientos.

En este tipo de trabajos el foco está en los procesos, no se puede tener elegir una técnica sin antes tener una especie de pauta, de esta forma la co-construcción del trabajo de sueños por lo general se divide en las siguientes partes:

I. Pre-trabajo: Relativa a la relación con el paciente, en palabras del autor como una especie de sondeo.

II. Trabajo:

1. Contar el sueño. Etapa inicial del trabajo de sueño donde el soñante narra sus sueños.
2. Contar el sueño en primera persona. Permite que el soñante tome responsabilidad sobre su sueño y contextualiza la vivencia del sueño.

3. Actuar los elementos del sueño. Prácticamente es donde se elige el modelo de trabajo (proyectivo, relacional, estructural, psicodramático, deconstructivo, el modelo Tai-Chi" o cualquier método interpretativo), abarcando desde el experimento de nivel 1 (sensaciones y emociones) hasta el nivel 2 (acciones concretas) bajo una previa hipótesis de trabajo.

4. Cierre. Después de trabajar uno o más segmentos del sueño se aprecia que la persona ha logrado avances significativos en los ajustes del soñante, es importante que se cierre con intervenciones tales como: ¿Qué mensaje te da tu sueño? ¿Qué puedes integrar a tu vida de cada uno de los elementos trabajados?

III. Post-trabajo. Constituye los efectos del trabajo (en lo personal considero son inmediatos).

Las partes del trabajo entre los estilos de Faraday, Castanedo o Ginger y Ginger y otros expertos comprenden a su modo las etapas descritas anteriormente por Etienne (Ídem).

El presente artículo parte del supuesto de que la proyección es una herramienta que se utiliza tanto en fantasías como en sueños para observar el impacto de la “función ello²” con el entorno, las “formas” creadas mediante la proyección como una herramienta o sea que cada parte del trabajo tiene un impacto diferente en los miembros del grupo, se habla de el mismo estímulo con impacto diferente para fortalecer el contacto grupal, con lo que el estilo de trabajo terapéutico es particular de cada proceso, la propuesta estética se construyó con la finalidad de centrar la atención en cómo las proyecciones de los integrantes impacta al grupo independientemente del modelo de trabajo con sueños que se elija.

Lapointe (1970), dice que Husserl (de quien se retoma en la psicoterapia la idea de la fenomenología) descubrió que con este método podría hallarse a la esencia en los fenómenos mismos. La respuesta para Smith (filósofo ilustrado Irlandés) es casi idéntica a la de poner entre paréntesis juicios o prejuicios para llegar a la cosa misma, Smith pone al observador con la capacidad ética de ser imparcial (observador imparcial).

En un sueño los escenario o personajes son imaginarios y es por medio de la fantasía que en grupo se puede acceder a ellos al co-crear una relación de tensión entre los participantes que imaginan lo mismo, de esta forma el grupo mantiene una constante interrelación entre los elementos implicados (Yontef, 1997). La propuesta estética a revisar en cuanto a su efectividad en el presente artículo es que la fantasía genera las complejas tensiones (ligas entre el organismo y el entorno) que aunque invisibles son suficientes, constantes, fuertes para formar una red de apoyo entre los participantes del grupo. Genera ajustes co-creativo del grupo para el grupo. De acuerdo a Quintanar (2011), es necesario abarcar la

² Este término corresponde a las funciones del Self en psicoterapia Gestalt se refiere a todas las sensaciones que pueden estar determinadas por una situación o conjunto de situaciones determinadas y que tienen un impacto diferente en cada organismo, cada organismo tiene diferente función personalidad (diferente historia de vida, experiencias, patrones de conducta, personalidad y formas de actuar ante determinadas circunstancias).

diversidad de aspectos propios de la ancianidad, ya que difieren entre sí. Desde esta premisa la mayoría de enfoques o propuestas tienen la debilidad de estar sujetos al juicio personal del psicólogo y del usuario, pero pocas veces se presentan de forma concreta las pautas o categorías de referencia para el análisis del sueño y de sus cambios asociados para un proceso terapéutico. Dada la diversidad de enfoques teóricos actuales es una tarea inimaginable pensar en la posibilidad de usar una serie de lo que Levy en su tiempo llamó perspectivas psicológicas que fueran parte del desarrollo de habilidades profesionales del psicólogo. En este caso en particular retomaré esta propuesta orientándola al enfoque de la psicoterapia Gestalt. De tal forma que al final se esperaría que cualquier otro psicólogo y en particular uno orientado a terapia Gestalt pudiera tomar las perspectiva de Levy como punto de partida para la revisión, el análisis y la crítica profesional de lo que se hace.

MÉTODO

En este documento se reporta el análisis de los procesos de trabajo con sueños en dos grupos de adultos mayores para proponer indicadores del impacto. Los grupos de referencia que preceden este trabajo son de intervención en el trabajo con sueños con grupos especializados en el adulto mayor como el “Grupo Vida” por parte de la UNAM, el “CASSAM” por parte del IMSS, un grupo formado en la “Fundación Hector Vélez y de la Rosa, I.A.P.”, talleres de sueños con la organización “Los Ciervos” y la práctica privada.

Esta investigación corresponde a un corte heurístico³ de la investigación acción propuesta originalmente por Kurt Lewin en los 40; como menciona Colmenares, Mercedes y Piñero (2008), “es una herramienta que genera espacios por y entre los actores sociales para el diálogo, la reflexión y la co-construcción del conocimiento sobre los diferentes problemas que puedan afectar los actos y

³ Entendida como la interpretación filosófica en la vida artificial de Maldonado (2001) “Heurística destaca absolutamente el valor inmenso de la imaginación (la inventiva): La imaginación cumple un papel rector en la investigación científica y filosófica acerca de la vida, por cuanto el estudio de la vida es por excelencia el estudio de fenómenos sorpresivos, y ello en marcado contraste con el primado en creencias de tipo realistas que le daban una primacía sin igual a la descripción física del objeto (o de la historia del objeto)” (p. 40).

prácticas" (p. 100). Lo cual implica que mediante la investigación acción no solamente se obtienen los datos para el análisis, sino que el investigador funge como un mediador de los modos o métodos de intervención y pueden variar de acuerdo a los actos o prácticas de los miembros del grupo de acuerdo a la finalidad del taller o investigación, de tal suerte que se coloca al coordinador como un jugador de ajedrez en la resolución de problemas de la psicología aplicada.

Se contó con la colaboración de dos grupos especializados en el adulto mayor por una parte el "Grupo vida" dirigido por el programa de odontología y psicología del envejecimiento de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), cuyas instalaciones actualmente se encuentran en la Clínica Universitaria de Salud Integral en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala ubicada en Av. de los Barrios No. 1 Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla. Edo. De México. El grupo está organizado por tres hombres y diez y seis mujeres los cuales acostumbran reunirse de Lunes a Viernes de 10:00 am a 12:00 pm dentro de un aula de la CUSI de aproximadamente 25 x 8 metros con sillas de plástico alrededor del salón para poder verse todos a la cara en una relación horizontal y con el suficiente espacio libre en medio del círculo de las sillas para realizar actividades como psicodrama, actividades de estimulación neurológica, baile, juego etc.

El otro grupo se ubicó en el Centro de Atención Social a la Salud de las y los Adulto Mayores (CASSAM) del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). Se organizó con cuatro hombres y doce mujeres referidos por los mismos servicios del área de evaluación o diagnóstico del CASSAM como personas con problemas relacionados a los sueños desagradables, pesadillas, insomnio y apnea del sueño para formar el grupo provisional de trabajo con sueños, los cuales se reunieron durante dos meses y medio (finales de Octubre, Noviembre y Diciembre del 2012) en las instalaciones dentro del CASSAM los días Martes y Jueves de 10:00 am. La sala de espera era el punto de encuentro y el trabajo se realizó a lo largo del mismo centro, debido a que el salón asignado no permitía ningún tipo de movimientos en tareas psicodinámicas por contar con escalones tipo auditorio y para los mismos integrantes del grupo representaba una situación de aislamiento en comparación con las otras áreas del CASSAM por lo que decidieron trabajar en

los pasillos, el patio, la sala de espera y en salones que llegasen a estar desocupados y sin escalones.

La importancia de las categorías de análisis está enfocada a determinar en los procesos de cambio y de intervención del psicólogo indicadores para dirigir el proceso grupal hacia la calidad de vida, calidad de muerte, sano envejecimiento, resolución de asunto inconclusos y el trabajo con pérdidas característico de los miembros de los grupos.

Durante cada sesión se tomó al grupo, se le señaló la temática a trabajar, el objetivo y se movilizó en el escenario del que se dispuso por medio del taller con una duración de 2 horas, de 10:00 am a 12:00 pm en las respectivas instalaciones de cada centro, durante las 12 sesiones una vez por semana el día jueves y se inició la investigación acción con los sueños y fantasía para que incluyeran diferentes estrategias y formas de abordaje como las mencionadas en el contenido del trabajo en psicoterapia Gestalt para permitir el carácter heurístico con los temas de:

- Sueños eróticos.
- Pesadillas.
- Sueños violentos.
- Sueño recurrentes.
- Sueños a partir de ingresar al grupo.
- Fantasías guiadas.

Durante el desarrollo de la investigación acción, también el grupo se orientó e integró hacia la conciencia⁴ reflexiva de cómo respondieron, que indicadores de cambio fueron observados por ellos mismos, por el coordinador e incluso familiares directos, al finalizar cada sesión los integrantes del grupo se ubicó en el trabajo de procesos psicogerontológicos para dar continuidad en el curso dirigido a un sano envejecimiento. Al finalizar el taller, los grupos no fueron desintegrados,

⁴Término añadido del latín "conscientia", que etimológicamente remite al saber algo dándose uno cuenta de que sabe o tiene el conocimiento de sí mismo y de su entorno.

continuaron en proceso terapéutico abordando otros temas y en el caso del CASSAM fueron reintegrados al área de evaluación para su reubicación.

RESULTADOS

De acuerdo a la conformación de las categorías de análisis el objetivo del trabajo es mostrar de forma clara cómo funcionan cada una de ellas, por lo que en primer lugar se explicara a que se refieren y luego se pondrá un ejemplo práctico de cómo se suscitaron durante las sesiones en ambos grupos y a partir de ello se pueden hacer comparaciones entre los dos grupos, sin embargo es necesario dejar claro que se retoman algunas partes del caso dada la extensión de la cual este artículo dispone.

Al tratarse de fenómenos más accesibles a la observación, con la característica de ser registrado en video, es necesario conformar las categorías de análisis desde la fenomenología para que este no sea interferido por algún tipo de mal interpretación y llegar a lo que Husserl (1931) llama “ir a las cosas mismas” (p. 53) y, las categorías de análisis que conforman el presente estudio son propuestas originalmente por Levy y retomados por Quintanar (2010). Estas categorías de análisis gozan de la característica fenomenológica que permite observar el impacto que se tiene en el grupo con las intervenciones sin importar qué corriente psicológica sea, ya que reúne las cualidades para ser observado tanto por psicoanalistas, conductistas, humanistas y cualquier profesionista relacionado con el comportamiento humano:

1. *Estructura.* Son atributos como longitud, altura, textura, simetría, complejidad, color, dureza o la temperatura. Una señora del grupo del CASSAM soñó la caída de la torre latinoamericana, la estructura fue determinante ya que se ocupó el pasillo que comunicaba las salas de espera del centro. En la psicodinámica la señora y los demás miembros del grupo模拟aron la larga caída moviendo las manos, gritaban, giraban al caminar hacia la supuesta caída sin fin. Mientras en el grupo vida la estructura se observa en el lugar donde deciden sentarse y junto a quien se sientan.

2. *Función.* Esta dimensión abarca la función respecto a objetos inanimados o animados, presta atención al análisis de la conducta humana en situaciones relacionales con otras personas. La función de los participantes en el ejemplo anterior permitió vivificar una nueva experiencia aquí y ahora, en contraste con la primera sesión que reportaban ser pacientes que iban a ser curados de sueños desagradables, pasaron de la primera a la segunda sesión para ser apoyo entre ellos, sin ser una indicación tomaron del brazo a los que tenían dificultad para caminar y entre ellos “están bien frías tus manos, vente pal calorcito”.

3. *Efecto.* Está relacionado al impacto que tiene el entorno sobre el organismo, sucesos distintivos que son caracterizados por la atribución de pertenencia similares, el efecto que causa cada acontecimiento causa un efecto similar como un juego de asociación por ejemplo las creencias que se forman respecto a la conducta supersticiosa donde realizarlas tiene un efecto de suerte en el día. En ambos grupos se pueden registrar los sueños recurrentes durante una época o circunstancia de sus vidas, en el grupo vida una señora menciona el efecto que tiene soñar con sus hermanos fallecidos es que al otro día otro hermano muera, ya sea por enfermedad o repentinamente “hasta me da miedo cuando sueño con mis hermanos que ya no están porque sé que inmediatamente ya no estará otro”

4. *Afectos.* Es el vínculo que se establece de un suceso a una connotación, a diferencia del efecto, un solo acontecimiento puede producir la experiencia afectiva derivada del suceso, mientras que una serie de acontecimientos con efecto, en esta asociación de varios sucesos que producen un efecto similar podrán producir en conjunto afecto. La sensación de miedo que expresa la señora del ejemplo anterior el sueño con los hermanos difuntos, es un afecto producto de varios sucesos similares, así las pesadillas afectan, mencionan sensaciones, sentimientos o emociones, “hasta se me agita el corazón de la angustia que sentí mientras te lo cuento”.

A partir de la quinta categoría las siguientes dimensiones necesitan de las cuatro primeras para existir, de allí la ventaja que precede un error de interpretación, ya que al abarcar las cuatro dimensiones anteriores queda en el

foco del fenómeno en la percepción tanto del coordinador, como del lector y obliga descomponerlo sin quedarse solamente con la percepción de un contenido lingüístico subjetivo.

5. *Metáfora.* Al descomponerse en las cuatro primeras dimensiones, exige por parte del psicólogo conocimiento del lenguaje, de la cultura, del contexto, de la época y de la simbología para poder acercarse directamente al tema sobre la base de la metáfora, en el ejercicio descrito como la caída de la torre hace uso de la estructura del CASSAAM para fingir el pasillo a lo largo de la torre Latino, el mismo grupo fungió como apoyo, cuando “cayó hasta el fondo” (en el patio del centro) así encontró un lado claro (soleado) y un lado de oscuridad (la sombra de un muro), dos participantes que se habían colocado en la sombra, causó para la persona que trabajaba su sueño ver que hay gente que prefería la oscuridad y los representó como “miedos”, otro participante del grupo se acerca le toma las manos y juntas deciden que harán algo con “los miedos”, en un momento emotivo en que las personas que están en la sombra, toman la función de los miedos necesarios en la vida del ser humano surgen frases como “quisiéramos ayudarles” “como miedo te digo, olvídate de esos temores yo quiero ser parte de tí” inmediatamente lo abraza y es allí donde el conjunto de efectos causa el afecto, hay lágrimas de los miembros del grupo, en una ocasión comentó durante otra sesión que ese era el motivo de que fuera referida al CASSAAM y que era una mujer diferente a partir del trabajo metafórico co-construido del sueño.

6. *Análisis fonético.* Consiste en el acto vivo de sustituir el significado de la palabra al originalmente proporcionado con mira al entendimiento del otro, de recibirla y que el otro se sepa recibido. Durante varias sesiones en ambos grupos ocurrió que era precisamente la forma, la fuerza de la voz, las palabras simples las que las hacían sentir apoyadas, motivadoras y que permitía lo que adelante se analizará como tensiones grupales.

7. *Extensión y reversión lógica.* Es un juego dialéctico en la expresión de una emoción, sentimiento, necesidad o un pensamiento que lo permita, de tal forma que el psicólogo juega con las polaridades para poder llegar a la comprensión del fenómeno mediante lo contrario y lo similar, como buscando el significado de una

palabra en un diccionario de sinónimos y antónimos por ejemplo se expresa estar sensible al tacto en cierto momento el psicólogo puede preguntar si entonces antes se encontraba insensible cuando le tocaban de esta forma se acerca a lo que realmente quiere decir o nombrar. Durante una sesión en un sueño con el grupo Vida una persona dice todo lo que no se permite hacer ella misma, entonces el coordinador pregunta ¿y qué si te dejas? de esta forma descubren que lo que si se da el permiso de hacer tiene que ver más con cumplir los deseos de sus hijos “nada más cumple sus caprichos”, durante el trabajo del sueño con un participante del otro grupo donde era la hora de salida y terminaba de trabajar en la fábrica a la que dedicó toda su vida, sube a un taxi rumbo a su casa, observa que quizás no llegue a tiempo y descubre que su billetera no tiene dinero para pagar el taxi, al finalizar el trabajo con el sueño descrito en la siguiente dimensión (Secuencia) el coordinador pregunta como una extensión “¿qué relación tiene el sueño con tu vida?” a lo que le responde “toda, toda”.

8. *Secuencia.* Las interpretaciones para ciertos sucesos que preceden de una situación. Ocurre en función de la naturaleza en espacio tiempo de tal forma que al rebobinar un video puede encontrarse un patrón o una tasa de respuesta, o un reflejo verbal de que está ocurriendo en determinados momentos como en el psicodiagnóstico o por repetición en las evaluaciones conductuales y en el análisis de contenido. Durante el trabajo con el sueño del desempleo descrito como ejemplo del punto anterior se pidió realizar una frase de la secuencia en que fueron apareciendo los objetos, acontecimientos y al término de la frase “la productividad de llevar dinero, la puntualidad sobre mi productividad son mi responsabilidad”, a la cual todos contribuyeron para poderla armar, tanto el que describió el sueño, como los miembros del grupo mencionaron ahora entender el significado del sueño.

9. *Asociaciones.* Son asociaciones de palabras igual que la asociación libre y pueden ser consideradas como auxiliar de la perspectiva secuencial, estas asociaciones ponen al terapeuta del lado del organismo porque es impactado por el entorno y es una actividad co-construida que determina el curso del trabajo de acuerdo a su intencionalidad como en el siguiente punto, en el ejemplo anterior la

palabra fábrica se desecha de la frase por la asociación “la palabra fábrica está inmersa en productividad, porque uno tiene que cumplir o si no...”

10. *Reacciones del psicólogo.* Es una perspectiva humanista pues el propio psicólogo es parte del mundo, lo cual coloca una relación de horizontalidad, el psicólogo puede ser observador sagaz de sí mismo y utilizar sus propias reacciones a la conducta de las personas como una base intencional de su trabajo, ser su propia herramienta de trabajo enfocado hacia una interpretación de dicha conducta lo cual exige un trabajo ético profesional pulcro y pulido, este punto ocurrió constantemente en ambos grupos, en ocasiones eran los miembros del grupo quienes reflejaban que al coordinador le causaba emoción, en repetidas ocasiones al finalizar la sesión se mencionan frases como “se ve que te gusta mucho lo que haces por nosotros” “gracias por acompañarnos”.

11. *Frecuencia.* Es la frecuencia de ocurrencia relativa y puede ser una herramienta de trabajo en el análisis para significar otros sucesos por suposición, esta frecuencia puede ser en la cantidad de repeticiones en expresión de palabras, pensamientos, deberes, ideas, movimientos corporales, postura corporal, juego de roles, comunicación no verbal e incluso momentos que se reporte una conciencia inmediata. Esto ocurrió con el grupo vida, mencionaron tener sueños con agua, narraban el sueño con los ojos cerrados y al finalizar se les invitaba a que si tenían ganas metiera sus manos en el agua, se usó de una tinaja con agua y cuando metían las manos se encontraron con la sorpresa de que era agua de verdad, los sueños tenían que ver de forma general con la temática de la muerte, meter las manos al agua para muchos era iniciar el recorrido de cruzar (sin un tiempo definido, podían ser meses, años) un río imaginario, manifestaban estar preparados para la muerte, cuando se realizó el mismo trabajo con el otro grupo la frecuencia con que mencionaba la muerte, a gente muerta o el hecho de que un miembro se persignara.

12. *Intensidad.* Es la cantidad de energía, entendida como fuerza de acción en los procesos por lo cual puede aplicarse en un sentido absoluto o relativo. En el caso del ejercicio descrito con las tinajas con agua y la frecuente relación con la muerte, es un ejercicio intenso, ocurrió que el tono al hablar fuerte, sus posiciones

corporales erguida y la velocidad de sus movimientos fueron disminuyendo, hasta ser casi indistinguible en el mismo ejercicio con los dos grupos en lugares y contextos diferentes, sin embargo en el momento parecía que todos podían responder y escucharse.

13. *Penetrabilidad.* De acuerdo al autor, a mayor penetrabilidad, mayor significación de la clase de sucesos en cuestión, es la información extra de otros datos de ocurrencia relacionados al proceso terapéutico. Por ejemplo en ambos grupos se llegó a trabajar con la reacción de los familiares y cómo esto afecta el proceso.

14. *Singularidad.* Es el contexto de ocurrencia del suceso y se toma como una aproximación, similar a la física cuántica, no hay ningún momento exactamente igual para poder determinar la ubicación exacta de los componentes de un átomo, pero si hay aproximaciones de la ubicación de los electrones, neutrones y protones. Con lo ocurrido en los ejemplos anteriores del tema de la muerte, a pesar de ser el mismo ejercicio, en los dos grupos fue diferente, en el CASSAM como se trabajó en la sala de espera al inicio casi gritaban, al finalizar apenas se escuchaban entre ellos, es importante destacar que probablemente el tono de la voz en el grupo vida en el mismo ejercicio puede ser aún más bajo, ya que el salón se encontraba cerrado.

A las categorías de análisis del presente trabajo se integran los propuestos por Quintanar (ídem) quien preocupado por el enfoque de la psicología basada en la evidencia agrega el enfoque de la psicoterapia Gestalt⁵, la teoría de campo retomada en la estética de las formas de Robine⁶ y metodología de la investigación de una forma ingeniosa con las siguientes extensiones de análisis:

15. *Latencia.* Como indicador de qué tan significativo es un estímulo, el tiempo de impacto del entorno en el individuo puede ser nulo, tardar un poco u

⁵ El autor agrega las aportaciones de la psicoterapia Gestalt ya que Levy no los aborda en sus amplios estudios de teoría de la personalidad, debido a que este enfoque inició en 1951 con el libro fundador pero tomó algunas décadas su popularidad. Aunque fácilmente puede integrarse a los otros puntos, este enfoque surgido de la nombrada tercera ola de la psicología permite extender estas dimensiones y en particular permear el presente texto de la filosofía existencialista y fenomenológica sin problemas epistémicos, ontológicos, estéticos y éticos en su exposición.

⁶ En esta sección sólo se menciona en que consiste cada categoría de análisis pese a que están integrados los 5 principios de la teoría de campo y su relación con la experiencia estética se observa con detenimiento en la presentación del caso por cada una de estas aseveraciones.

observarse en segundos, esta puede ser usada como una herramienta para hacer más enriquecedor el análisis mediante el reporte verbal o un reflejo de lo ocurrido. El los sueños eróticos, descubrieron que hacía falta una pareja sexual, tras dos semanas para expresaron “a raíz de ese trabajo, me fijo en que me miran” “es que yo no me había dado cuenta de que aun despierto el interés de los caballeros hasta que me lo dijeron, yo caminaba derecho y ahora me fijo” etc.

16. *Pendiente y estabilidad*. Cuando hay un ritmo en las reacciones o acciones ocurren cambios que acelera, detienen o desvían ciertos. Al cierre de una sesión en el grupo vida se le preguntaba al coordinador, acerca de su estadía, si se podía prolongar, una participante narró que soñaba su violación, esto generó cambios en el grupo, molestia por algunos miembros y manifestaciones de apoyo por otros ya que se propuso trabajar y alargar esa sesión.

17. *Ciclicidad*. En los procesos de cambio, ocurren ciertos comportamientos que se repiten de manera cíclica, esto ocurre por lo general en sueños repetitivos. Una señora del grupo vida mencionó varias veces que no podía dormir del lado de la cama donde dormía su esposo fallecido por los recuerdos y que mejor la tiraría, la sexta sesión mencionó lo mismo al trabajar sueños de muerte, se le señaló que este evento se repetía en los trabajos con sueños referente a pérdidas y dijo “confieso que nunca voy a deshacerme de esa cama, es muy importante para mi aunque me haga sufrir” con ella se redirigió el trabajo hacia cambios que sí estaba dispuesta a hacer y al finalizar el taller dijo “ahora sí ya estoy haciendo cambios en mi vida”.

18. *Temporalidad*. Puede ser referente al momento o al tiempo cronológico como lo es un calendario y poner énfasis en diferenciarlos puede arrojar datos relevantes durante y después de cualquier intervención. Durante el trabajo con sueños ocurrió en ambos grupos que al relatar un sueño mencionan a sus papás, su relación con ellos o eventos pasados a los que se preguntaba “¿y esto como te deja ahorita?” de sentimientos de tristeza a veces pasaban a enojo, o lo contrario; a felicidad y amor con sus compañeros del grupo.

19. *Predominio Figura-Fondo*. Durante el proceso cambiante cada organismo está constituido por una compleja construcción, espiritual, familiar, intelectual,

comportamental, valorativa, moral sin embargo el impacto del entorno fija su atención en un único aspecto de su vida, un aspecto que en un grupo permite que se hermanen todos y sea el tema, sea la “figura”, mientras todos los otros aspectos pasan al fondo, es similar al experimento del odio dicotómico donde ante dos estímulos auditivos (uno en cada oído), sólo se le puede poner atención al que resulte interesante mientras el otro pasa al “fondo” o aunque existe pasa desapercibido. El predominio de la figura-fondo es muy común dentro del trabajo Gestáltico y se puede decir que básicamente esta junto con otros conceptos en el quehacer terapéutico desde esta perspectiva, pero un ejemplo práctico ocurrió durante una fantasía guiada proveniente de la metáfora donde todo el grupo se convierte en un bosque metafórico (el fondo) después del silencio uno de los participantes habla (figura).

Coordinador - Cierren los ojos, recuerden algún sueño, algún sentimiento o recuerdo que refresque la experiencia de estar muerto. Ahora cúbranlo con un capullo, manténgalo colgado de sus manos, sientan como el capullo se aferra a sus dedos, que sus manos se ramifican. Comiencen a convertirse en árboles. Pueden ser un árbol joven, un árbol viejo, alguno que le cayó un rayo y que nuevamente crece, con frutos, flores... Escuchen los pájaros, las ardillas que trepan sus ramas, sientan a los árboles que se encuentran a su lado. Desde este momento se han convertido en un gran bosque.

Coordinador – ¿Quieren darle vida al capullo que están sosteniendo?

Grupo- (Silencio de 15 segundos)

Un miembro del grupo (en el caso del grupo vida) - Del capullo sale una mariposa y siente angustia por mis hijos [...]

20. *Proceso-contenido.* Se relaciona con las primeras dimensiones, la de función y efecto. Se refiere a que una persona puede situarse en el contenido o en el proceso y distinguir esta diferencia tanto en la sesión como en el análisis puede ser un cambio drástico en la figura o temática que se aborda, en el ejemplo anterior, el contenido son todas las palabras que incluyen la fantasía guiada,

mientras que el proceso se verá en como esto que se dice impacta lo suficiente a un miembro del grupo como para ser el primero en expresarse, en el caso del grupo del CASSAM la primera en trabajar se describe como un árbol tan seco que ya no puede dar vida “ni siquiera puedo dar vida, ni un capullo”, pero aun así siente al viento y le da alegría por las aves que suelen posarse en ella, el proceso y contenido se construye similar a la metáfora, sin embargo en esta dimensión no resalta el hecho de que lo primero dicho era una metáfora de sus vidas sino que indica parte del proceso en el que se encuentran en sus vidas, como lo están afrontando y esto abre paso al trabajo de planeación con este tipo de población.

21. *Simultaneidad*. Hace referencia a la conexión entre fenómenos, mientras se observa uno, otros fenómenos ocurren al mismo tiempo, en ocasiones estos parecen ser fenómenos aislados pero en realidad están íntimamente relacionados, el sol no se oculta de la tierra, es la tierra quien rota, esto permite que la luna se observa mejor en ocasiones, al mismo tiempo el universo está en movimiento, simultáneamente una persona puede sonreír en una sesión grupal, mientras otra llora y es en ese momento donde a diferencia de preguntar a los astros, es posible intervenir con una pregunta a las personas que forman parte de esta situación o en el análisis de un video notar que esto ocurría, para el coordinador esto no fue figura de su atención y sin embargo esto es también otro fenómeno que incluye un concepto similar a la sincronicidad de C. G. Jung. En el grupo del CASSAM y en el grupo vida este ejercicio de la fantasía guiada como un árbol del cual sale una especie de capullo provocó que los miembros que no hablaban al finalizar la sesión comentaron estar viviendo situaciones similares, mientras ese fenómeno ocurre otros fenómenos que ocurren al mismo tiempo son retomados en ese instante y en esto se encuentran compañía en el grupo que pasa por situaciones similares, se escucha “si se puede árbol” “aquí estamos” “pasamos por lo mismo y podemos ayudarte” “No importa que el árbol esté torcido, siempre va a tener un lugar donde estar” etc.

22. *Contacto*. El contacto entre organismo y entorno con sentido dialógico está colocado en la frontera de dos o más organismos de manera que el organismo puede ser entorno y viceversa, esto será dado por la vivencia del

lenguaje en una situación irrepetible en la relación hacia la asimilación de la novedad o el rechazo de la novedad no asimilable donde el lenguaje va desde lo corporal, los gestos, hasta el silencio y toda expresión que impacte al entorno lo suficiente para que este reciba y devuelva con conciencia inmediata o comportamiento dirigido al servicio del contacto. Por ejemplo durante las sesiones se veía cuando alguien sonreía y se “devuelve la sonrisa”, cuando entre los mismos miembros del grupo se hace una extensión de lo que el otro dice y este asiente o comienzan a construir entre dos frases eligiendo palabras para expresar mejor lo dicho.

23. *Empatía*. No es entendida en la sencillez de ponerse en los zapatos del otro, empatía como sugiere Stain (1917) es la captación de vivencias ajenas, la percepción y la interiorización de las vivencias del otro; “al empatizar puedo vivenciar valores y descubrir estratos correlativos de mi persona para cuyo desvelamiento mi vivencia originaria no ha ofrecido todavía ocasión. Aquel que nunca ha arrostrado un peligro puede, sin embargo, vivenciarse como valiente o cobarde en la presentificación empatizante de la situación de otro” (p. 133). Esto ocurrió en los dos grupos con el trabajo de sueños violentos o pesadillas donde se expresó “yo siempre sueño bonito pero al escuchar sus sueños, se me pone la piel de gallina, eso me motiva a seguir viendo” “lo que ustedes trabajan aunque no me pasa me sirve”.

24. *Awareness*. Es el “darse cuenta” en la psicoterapia gestáltica, análogo a lo que podría ser el término *insight* del psicoanálisis o el conductismo la conducta meta, en la conciencia plena de las perspectivas psicológicas orientales basadas en el budismo. El término *awareness* según Perls, Hefferline y Goodman (1951) ocurre cuando el objeto se convierte en un “tú” al que se dirige (el ajuste creativo ya ocurrió y no hay motivaciones). El “yo” cae totalmente en este sentimiento de atención. Entonces se habla de ser “todos odios” o “todos ojos” (p. 246). Se requiere así del indicador del contacto, mediante la combinación del contacto con la empatía que puede fungir como una categoría de análisis.

Es por lo complejo de su definición y el peso teórico que este último indicador está constituido por las penúltimas categorías (empatía y contacto) es el

entre cruzamiento lo que determina esta modalidad, de empatía⁷, pre y post seguida del contacto de manera continua, hasta que incluso en un video, el espectador que no estuvo pueda acceder con la experiencia empática por medio del contacto. Para llegar a este indicador es necesario dividirlo en un quiasma entre contacto y empatía que va de lo intra a lo inter psíquico, colocándose en el ente⁸. Implica que una vez ocurrido un alto grado de Awareness⁹ se haga evidente para que pueda ser un indicador sagas como se propone por medio de la conciencia reflexiva que expresa ordenadamente con palabras lo que sucede en lugar del atropellamiento de pensamientos es posible o más exacto confirmar como ocurrió, por ejemplo en el grupo vida; “Con lo que tu hiciste me doy cuenta de que también necesito hacer cambios en mi vida” “aja, de repente me hizo click” “se me movió el mundo de repente, pero ahora veo otro punto de vista”.

La última categoría de análisis, el awareness necesita de la verbalización de acciones o ajustes por hacer enfocados a la calidad de vida o de muerte (dependiendo el caso) para poder indicar que hay conexión entre el que trabaja el sueño y las personas que están presenciando el taller como una afirmación de la experiencia, una afirmación del presente cuyo único requisito es la labor creativa del coordinador de hacer observable lo obvio, que se dirige a la alusión de algún tipo de cambio o transformación que buscan las perspectivas inmersas en la psicología clínica.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

⁷ Para entender adecuadamente el término de empatía que se usa en este quiasma ya que no es como el uso de la palabra lo indica es recomendable el libro de “El problema de la empatía” de Edith Stein, discípula y colaboradora de Husserl.

⁸ Dos personas están en contacto con el lenguaje de por medio y ocurre la empatía descrita justo en un momento en que se llega a un ajuste creativo por definición en que la persona que escucha se da cuenta de que es necesaria una transformación, y el terapeuta también entra en esta modalidad, hasta esta descripción se habla de un modo intra psíquico entre dos, sin embargo nuevamente por medio del contacto con lenguaje el entre cruzamiento ocurre y se pregunta, se afirma, se construye (se actúa), se nombra por alguna de las dos partes lo que está ocurriendo, haciendo de este un evento observable como el del ejemplo

⁹ Se habla de grados ya que siempre ocurre el Awareness, sin embargo no siempre produce cambios dirigidos a la transformación o hacia ajustes creativos para hacer más auténtica y plena nuestras vidas.

Esta investigación acción con las dimensiones propuestas anteriormente y su aportación de un análisis basado en la evidencia, conserva su característica de orden fenomenológico para montar no una discusión teórica del porqué de estas conductas sino del cómo puede ser apreciado el trabajo e indicar el cambio o transformación que es un factor en común en todas las corrientes psicológicas vigentes en el área clínica dedicado al adulto mayor.

Los sueños constan ya de un orden enfocado hacia el cambio, hacia la transformación y exigencia de realizar ajustes, de allí que ante las mismas acciones en la vida cotidiana, los sueños recurrentes, al trabajar se, interpretados o ser escuchados son dotados de importancia y en la medida del enfoque son sujetos a trabajo como procesos y sistemas de acuerdo a cada perspectiva, en este artículo se ejemplifican las dimensiones con ejemplos exclusivos del tipo de trabajo de la psicoterapia Gestalt, pero bien pudo ser desde otra perspectiva como se advierte antes, hay puntos en la ejemplificación de las dimensiones que se presentan a cada momento, como son el contacto, la estructura, la función, los efectos, los afectos, la metáfora, la temporalidad, la singularidad, el proceso figura-fondo, la empatía y el contenido-proceso; que el sueño impone la condición de actividad co-construida y es por eso que se aborda desde esta perspectiva. El reto de las categorías de análisis entonces queda en que para otras perspectiva es observable sólo que explicado de otra forma que para fines prácticos se aprecia en los resultados, por lo tanto no importa el porqué, sino el cómo y de esta forma enriquecerse mutuamente que es donde entraría la característica propositiva como una segunda etapa de este tipo de análisis como propone Levy.

Algunos de los puntos controversiales de estas dimensiones es el de la reacción del psicólogo, una de las personas del grupo del CASSAAM mencionó “cuando hablo aquí con ustedes, me siento más cómoda, puedo atreverme a decir más y entrarle a cosas que con el psicólogo de aquí no me atrevo, él parece de piedra”, el punto central de la reacción del psicólogo es que esta en relación y ser “carente de expresiones” también impacta al paciente e influye en el trabajo, la pregunta es ¿Cada cuánto los psicólogos, coordinadores, terapeuta o co-terapeutas se atreven a abordarlo en el trabajo? Si bien algunas perspectivas

clínicas pretenden poner al terapeuta como el que posee el conocimiento, con este indicador, aparte de humanizarlo, lo coloca en una relación horizontal, donde el que está enfrente si bien no tiene el “conocimiento pertinente” es una persona con las mismas características que el terapeuta, puede sentir, observar y elaborar complicadas interpretaciones desde su perspectiva así la relación terapéutica es co-creada con tal suerte que la simpatía permite la co-relación bidireccional (recíproca) como la descrita en la ética con una salida estética de Smith (1759) “yo evalúo la vista de usted según mi propia vista” lo mismo ocurre en la situación grupal, ya que esta es la forma más simple de proyección que ocurre en un grupo con determinada fantasía o sueño facilita el proceso complejo para que establezcan contacto en un ambiente difícil. Facilita el ajuste creativo, dice Robine (2010) que la creación va a ser la novedad, el descubrimiento de una nueva solución, la mejor posible, con posibilidad de crear nuevas formas integradas a partir de los datos (fantasías) que se encuentren presentes (en tensión). Es decir que mediante la proyección el grupo se hermana, empatizan los unos con los otros, se hace una relación tensional que empuja al awareness y es posible lograr un ajuste en la vida personal de acuerdo al contacto y la vivencia del otro. Así el crecimiento del individuo depende de la calidad de los contactos que establezca progresivamente con su entorno.

Con el punto de la latencia se observa hasta donde llega la terapia, es un punto de importancia para aquellos que se van integrando a este mundo y pretenden solucionar o aclarar todo en una sesión, como se mencionó en ocasiones es tan fuerte que tarda hasta dos sesiones más en lograr ese “click” o el “aja” tan famoso en terapia, por lo tanto se coloca esta experiencia clínica como un proceso cambiante que está en constante desarrollo y el proceso es intenso en diferente medida por lo mismo, en el caso del CASSAM estos puntos sería importante reconsiderar ya que la estadía de los integrantes después de la valoración es de tres a cinco meses, hablar de procesos, latencia e intensidad, posibilita la percepción de los directivos o coordinadores del área psicológica para poder evaluar su propio trabajo, para ajustarse a la singularidad de cada grupo o paciente, y lograr un equilibrio para poder sacar a las personas en ese tiempo, es

un punto difícil y pone en duda el sistema de salud en México, ya que un proyecto del IMSS especializado en el adulto mayor que pretende sacarlos en ese tiempo no parece de lo más humanista y durante las sesiones se presentaron problemas en los cuales un trabajador (psicóloga) del centro puso en duda el taller, "están trabajando cosas muy fuertes y cuando ustedes se vayan no podremos cerrar" desde esta propuesta esto habla de la penetrabilidad del trabajo con sueños y cómo influye en el mismo centro, la simultaneidad que ocurre en este tipo de trabajos y en base a esto cómo abordarlo, en el fondo se puede observar la predominancia de la figura, cuando el taller comienza a recibir el rechazo por medio de cartas y quejas con los directivos del mismo plantel, esto indica un suceso que cambia las primeras dimensiones, la estructura, la función, los efectos y afectos. Esto pone en evidencia que este tipo de lugares tienen una estructura rígida cuando cambia el entorno (pacientes) como metáfora se puede pensar en la estructura arquitectónica de los hospitales, son grandes colosales que ante terremotos, estos pueden moverse de acuerdo a las capas de la tierra, si no contaran con esto sería un gran desastre.

Es importante destacar que el trabajo con sueños en psicoterapia Gestalt se ajusta al corte metodológico de la investigación acción como una herramienta heurística, ya que el coordinador o terapeuta involucrado en dirigir las sesiones no tiene una receta de cocina, no se trata meramente de saber las técnicas proyectivas o de otra índole en el trabajo con sueños, tiene el reto de resolver los problemas de interpretación para la persona misma que sueña y estar frente a un grupo que exige la creatividad, los ajustes e incluso un awareness que se mantenga en un continuo de cada movimiento involucrado para dirigir la sesión del grupo. La efectividad del trabajo gestáltico con sueños radica entonces en la autenticidad heurística de que el siguiente movimiento sea el mejor, el más adecuado en el desarrollo del trabajo y es allí donde la formación de terapeutas, coordinadores y psicólogos puede verse beneficiado de los indicadores propuestos aquí, ya que estos nos harán conscientes de la efectividad del trabajo que se está realizando en el mismo momento, aquí y ahora. Tenerlos categorizados con un lujo fenomenológico apreciable hacia los colegas de otras

corrientes, es un lujo fenómico con carácter preventivo para un adecuado y ético trabajo conjunto.

CONCLUSIONES

Las categorías de análisis colaboran con una amplia descripción de lo sucedido, en el mismo momento de la intervención pueden fomentar el equilibrio o el cambio de la pendiente de todo proceso terapéutico, con la flexibilidad de ser observable en el mismo momento y permitir el ajuste también del mismo coordinador o terapeuta. En el trabajo con sueños hay que evitar centrarse en las etapas, contenidos y técnicas en especial si están fallando, estos quedan incluidos pero lo que hay que seguir es el proceso, que pasa durante su asimilación y unos días posteriores del evento (latencia) y precisar la amistad con las perspectivas enfocadas a la condición de reestructuración de la persona que es observable fenomenológicamente ya que hay otro proceso de reordenación de las fronteras del organismo, naturalmente la persona va aumentando la dimensión del proceso a lo largo del día pero utilizar dicha expansión no se limita únicamente a cómo las personas van modificando su entorno sino que estas fronteras continúan su expansión por medio del sueño.

El trabajo con sueños y fantasías tiene un efecto grupal con componentes imaginativos en la formación de figuras, la similitud de los sueños en ambos grupos, los ajustes creativos parecidos que promueve el awareness, las actividades co-construida, y la capacidad de simpatizar por parte de los miembros indica que parece ser que hay eventos que se cumplen con cierta naturalidad y más bien hablan de la vejez en México.

Los sueños como un trabajo de transformación, permite la relación de la espontaneidad ecuánime de la situación, sublime, bella, colorida y emotiva. Describe Robine (2010), el artista moderno inventa y produce como nosotros; en contacto ordinario manipula y reestructura al organismo/entorno en totalidades de experiencias significativas lo cual exige por parte del terapeuta lo contrario a una estructura rígida de teoría, porque no se permite en el libre fluir del predominio Figura-Fondo, Dan Bloom (2009), que resume todo en que “si comprendemos el

proceso de figura/fondo esencialmente como lo que es sentido y percibido, entonces. Podemos señalar la fluidez o la fijación del proceso a través de sus cualidades estéticas" (p. 11). Al finalizar la sesión, se puede ubicar el elemento transformador como un apoyo, las "formas" significativas que surgieron, de acuerdo a Laura Perls, citada por Vázquez (2012). "El auto apoyo consiste en todo lo que fomenta un proceso continuo de asimilación e integración por parte de una persona, una relación o una sociedad" (p. 33). Los integrantes de un grupo pueden fungir como el piso firme que apoyará al dar el siguiente paso.

Las categorías de análisis sirven para que en un futuro ayuden metodológicamente a facilitar la construcción y definición de indicadores que se concreten como pautas o categorías específicas de referencia para el análisis del sueño y de sus cambios asociados para un proceso terapéutico. Dada la diversidad de enfoques teóricos resultaría una tarea ardua abordarlos todos, sin embargo este tipo de aportaciones contiene las características fenomenológicas que desde varias perspectivas psicológicas formen parte del desarrollo de habilidades profesionales del psicólogo. Por lo tanto se espera que cualquier otro psicólogo y en particular uno orientado a terapia Gestalt pudiera tomar las perspectivas de Levy como punto de partida para la revisión, el análisis y la crítica profesional de lo que se hace en el ámbito clínico con el adulto mayor.

Recomiendo para futuras investigaciones relacionadas a la fenomenología del trabajo psicológico que logren tomar en cuenta otros detalles al retomar este tipo de análisis de categorías para que sean indicadores más finos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bloom, D. (2009). Persiguiendo arcoíris: la terapia Gestalt y la ética material, fundacional y emergente. *Revista Figura – Fondo. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt*, 27, 55-78.
- Castanedo, C. (2008). *Sueños en Terapia Gestalt*. México: Manual Moderno.
- Castanedo, C. (2001). *Terapia Gestalt: Enfoque centrado en el aquí y el ahora* (4^a edición). España: Herder.

Colmenares, Mercedes y Piñero (2008). La investigación acción. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas. *Laurus Revista de Educación*. 14 (27), 96-114. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/761/76111892006.pdf>

Delacroix, J. (2008). *Encuentro con la Psicoterapia*. Chile: Cuatro Vientos.

Enrich, J. B. (1972). Gestalt Therapy in interactive groups. En F.D. Stephenson (Ed.) *Gestalt Therapy Primer*. EUA: Thomas

Etienne, A. (2010). Estrategias de trabajo gestáltico de sueños. *Revista Figura – Fondo. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt*, 28, 59-68.

Faraday, A. (1975). El poder de los sueños en la sociedad. *El poder de los sueños*. (p. 262). España: Ediciones Guadarrama.

Ginger, S. y Ginger, A. (1993). *La Gestalt: Una terapia de Contacto*. México: El Manual Moderno.

Lapointe, F. (1970). Psicología fenomenológica de Husserl. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 2 (3), 379.

Maldonado. (2001). La heurística de la vida artificial. *Revista colombiana de filosofía de la ciencia*, 2 (4-5), 35-43. Recuperado de: http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/revista_colombiana_filosofia_ciencia/volumen2_numero4-5-2001/heuristica_vida_artificial35-43.pdf

Martín, A. (2009). *Los sueños en Psicoterapia Gestalt*. España: Desclée de Brouwer.

Muñoz, P. M. (1995). *La sensibilización Gestalt. Una alternativa para el desarrollo del potencial humano*. México: Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.

Husserl, E. (1986 [1931]). *Meditaciones cartesianas*. México: Fondo de Cultura Económica.

Robine, J. M. (2010). La psicoterapia como estética. *Revista Figura-Fondo. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt*, 27, 9-21.

Perls, F. 1991. *Sueños y existencia* (2^a edición). Chile: Cuatro Vientos.

Perls, F., Hefferline, R. F. y Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality* (3^a edición). España: CTP.

Polster, E. y Polster, M. (1974). *Teoría y técnica de la terapia gestáltica*. Argentina: Amorrortu.

- Quintanar, F. (2010). La interpretación psicológica: análisis y aportaciones al modelo de Levy y al enfoque de la psicología basada en la evidencia. En C. Avendaño., C. Mondragón., C. Olivier y J. Guerrero (Eds.) *Saberes de la Psicología Entre la Teoría y la Práctica 2* (pp.171-191). México: UNAM.
- Quintanar, F. (2011). Psicogerontología con apoyo empírico (PfAE) o basada en evidencia (PgBE). En F. Quintanar (Ed.) *Atención Psicológica de las Personas mayores*. (pp. 29-52). México: Pax México.
- Serés, G. (1994). El concepto de Fantasía, desde la estética clásica a la dieciochesca. *Anales de Literatura Española*, 10, 210.
- Smith, A. (2004[1759]). *Teoría de los sentimientos morales*. España: Fondo de Cultura Económica.
- Vázquez, C. (2012). El apoyo en la Terapia Gestalt. *Revista Figura-Fondo. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt*, 4, 33-34.
- Yontef, G. (1997). *Proceso Diálogo en Psicoterapia Gestáltica* (2^a edición). Santiago, Chile: Cuatro Vientos.